

***CHILD CENTERED PLAY THERAPY UNTUK MENINGKATKAN SELF
ESTEEM PADA ANAK KORBAN BULLYING***

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Program Studi Magister Psikologi Profesi**



**Disusun oleh :
HANI KHAIRUNNISA
NIM : 201710500211011**

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Januari 2020**

**CHILD CENTERED PLAY THERAPY UNTUK
MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA ANAK
KORBAN BULLYING**

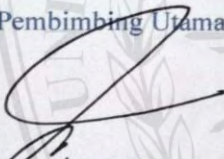
Diajukan oleh :

**HANI KHAIRUNNISA
201710500211011**


Telah disetujui

Pada hari/tanggal, Sabtu/ 04 Januari 2020

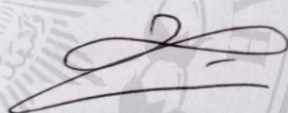
Pembimbing Utama


Dr. Iswinarti

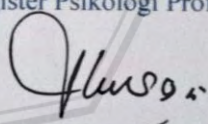
Direktor
Program Pascasarjana


Prof. Akhsanul In'am, Ph.D

Pembimbing Pendamping


Dr. Djudiyah

Ketua Program Studi
Magister Psikologi Profesi


Dr. Cahyaning Suryaningrum

TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

HANI KHAIRUNNISA

201710500211011

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Sabtu / 04 Januari 2020
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua : Dr. Iswinarti

Sekretaris : Dr. Djudiyah

Penguji I : Dr. Diah Karmiyati

Penguji II : Dr. Nida Hasanati

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **HANI KHAIRUNNISA**
NIM : **201710500211011**
Program Studi : **Magister Psikologi Profesi**

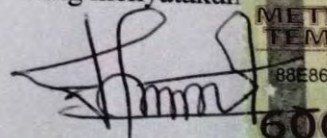
Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **CHILD CENTERED PLAY THERAPY UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA ANAK KORBAN BULLYING**
Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 09 Januari 2020

Yang menyatakan



HANI KHAIRUNNISA



KATA PENGANTAR



Segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga tesis ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW. Rasa syukur dan terimakasih yang sebesar-besarnya atas bimbingan dan arahan kepada penulis sehingga laporan ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu penulis tak lupa menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Fauzan, M.Pd., selaku rektor Universitas Muhamamdiyah Malang yang memimpin seluruh civitas akademik Universitas Muhamamdiyah Malang
2. Bapak Prof. Akhsanul In'am, Ph.D., selaku direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si, Psikolog selaku ketua program studi Pasca Sarjana Psikologi beserta staf, yang telah memberikan segala arahan dan bantuan kepada seluruh Mahasiswa/I.
4. Ibu Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog., selaku pembimbing I, terimakasih atas bimbingan dan masukan yang diberikan kepada penulis.
5. Ibu Dr. Djudiyah, M.Si., Psikolog selaku pembimbing II, terimakasih atas bimbingan dan masukan yang diberikan kepada penulis.
6. Seluruh staf pengajar dan dosen pembina mata kuliah direktorat program pascasarjana magister psikologi profesi Universitas Muhammadiyah Malang.
7. Seluruh staf administrasi direktorat program pasca sarjana magister psikologi profesi Universitas Muhammadiyah Malang.
8. Kepala sekolah beserta guru-guru SDN Sumbersekar 02 dan SD-Plus Al-Madinah yang memberikan izin tempat kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
9. Seluruh subjek dan keluarga subjek serta pihak yang bertanggung jawab yang telah membantu selama proses penelitian.
10. Kedua orang tua, Kakak, Adik, beserta seluruh anggota keluarga terimakasih atas kasih sayang, dukungan, bantuan serta do'a yang tak hentinya diberikan kepada penulis.
11. Sahabat terdekat, beserta seluruh keluarga besar Magister Psikologi Profesi angkatan 2017 yang telah menemani, memberikan bantuan dan motivasinya.
12. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan, bantuan dalam penyusunan tesis ini.

Akhir kata penulis berharap semoga Allah SWT, senantiasa melindungi dan meridhoi atas segala kebaikan yang telah dilakukan. Semoga tesis ini dapat memberikan sesuatu yang bermanfaat bagi pembaca dan penulis secara pribadi. Aamiin

Malang 04 Januari 2020

Penulis

Hani Khairunnisa

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GRAFIK	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
ABSTRAK	1
<i>ABSTRACT</i>	2
PENDAHULUAN.....	3
KAJIAN PUSTAKA	6
A. <i>Self Esteem</i>	6
B. Korban <i>Bullying</i>	8
C. <i>Bullying</i> Berdasarkan Perspektif Islam.....	9
D. <i>Child Centered Play Therapy</i>	10
E. <i>Self Esteem</i> pada Anak Korban <i>Bullying</i> dan <i>Child Centered Play Therapy</i> . .	11
KERANGKA BERPIKIR	12
METODE PENELITIAN	13
A. Desain Penelitian	13
B. Subjek Penelitian	13
C. Variabel dan Instrumen Penelitian	14
D. Prosedur Penelitian	14
E. Analisa Data	15
HASIL	15
A. Deskripsi Data	15
B. Analisis Data	16
PEMBAHASAN	18
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	21
DAFTAR PUSTAKA.....	22
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Subje	16
Tabel 2. Uji Homogenitas.....	17
Tabel 3. Uji Wilcoxon	17
Tabel 4. Pengaruh <i>Self Esteem</i> (Harga Diri) terhadap Penurunan <i>Bullying</i>	18
Tabel 5. Uji Mann Whitney	18



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Peningkatan Skor Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen.....	18
Grafik 2. Perubahan Skor Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol	18



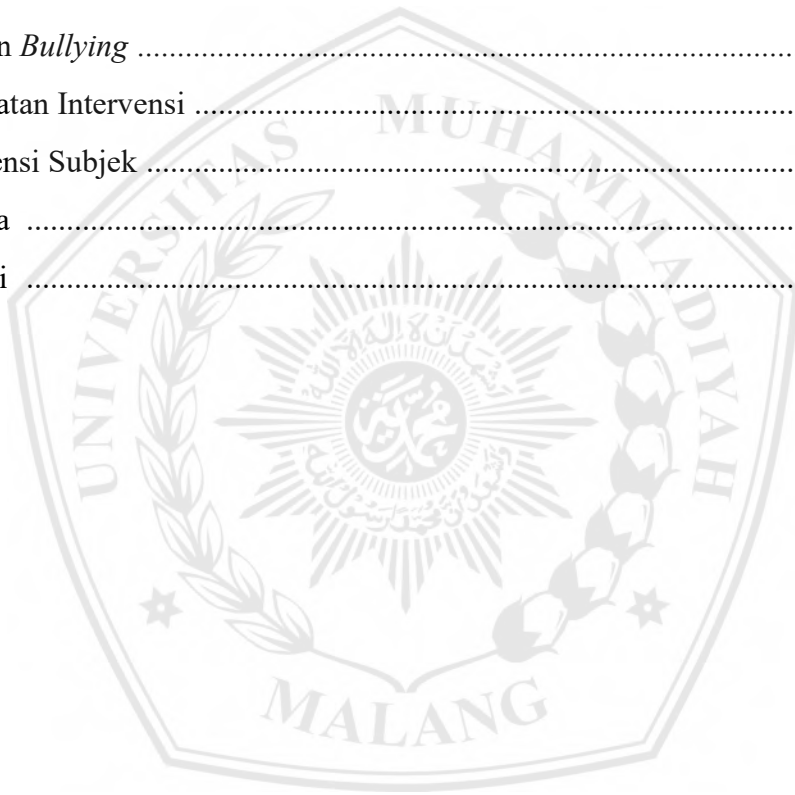
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir	13
Gambar 2. Desain Penelitian	13



DAFTAR LAMPIRAN

Modul Intervensi	26
Lembar Observasi Perilaku	52
Lembar Penilaian	53
<i>Guide</i> Wawancara Korban <i>Bullying</i>	54
Lembar Observasi <i>Play Therapy</i>	55
<i>Informed Consent</i>	56
Skala <i>Self Esteem</i>	57
Skala Korban <i>Bullying</i>	58
Jadwal Kegiatan Intervensi	61
Hasil Intervensi Subjek	63
Analisis Data	92
Dokumentasi	94



Child Centered Play Therapy untuk Meningkatkan Self Esteem pada Anak Korban Bullying

Hani Khairunnisa

hanikhairunnisa03@gmail.com

Dr. Iswinarti, M.Si (NIDN. 07113056402)

Dr. Djudiyah, M.Si (NIDN.0710126501)

Magister Psikologi Profesi, Universitas Muhammadiyah Malang
Malang, Jawa Timur, Indonesia

ABSTRAK

Bullying sering terjadi dilingkungan sekolah dan menimbulkan dampak serius bagi korbannya. Anak yang mendapatkan perlakuan negatif secara berulang dapat memunculkan masalah secara psikologis, yaitu harga diri (*self esteem*) yang rendah, hal ini menyebabkan anak menarik diri dari lingkungan pergaulannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *child centered play therapy* (CCPT) dalam meningkatkan harga diri (*self esteem*) anak korban *bullying*. Desain penelitian yaitu eksperimen *pre-test post-test control group design*. Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 20 orang anak korban *bullying* dengan rentang usia 9-11 tahun. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini *Rosenberg Self Esteem* (RSE). Analisis data menggunakan analisis non parametrik yaitu uji Wilcoxon dan uji MannWhitney. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *child centered play therapy* (CCPT), dapat meningkatkan harga diri (*self esteem*) pada anak korban *bullying*.

Kata kunci: *Child centered play therapy, self esteem, korban bullying.*

Child Centered Play Therapy to Improving Self Esteem in Children Victims of Bullying

Hani Khairunnisa

hanikhairunnisa03@gmail.com

Dr. Iswinarti, M.Si (NIDN. 07113056402)

Dr. Djudiyah, M.Si (NIDN.0710126501)

Master of Psychology

Postgraduate, University of Muhammadiyah Malang

Malang, East Java, Indonesia

ABSTRACT

Bullying regularly occurs within the school environment and has a serious impact on its victims. Children who receives repeated negative treatment can develop a psychological problems, which is low self esteem, this causes children to withdraw from their social environment. This study aims to determine of child centered play therapy (CCPT) to increase self-esteem (bullying). The study design was an experimental pre-test post-test control group design. Subjects that participated in the study was 20 children victims of bullying with an age range of 9-11 years. The instrument used in this study Rosenberg Self Esteem (RSE). The data analysis used non parametric with Wilcoxon test and Mann Whitney test. The results showed that child centered play therapy (CCPT) can improve self esteem on victims bullying children.

Keywords : *Child centered play therapy, self esteem, victims bullying.*



PENDAHULUAN

Bullying termasuk salah satu masalah utama masyarakat yang akhir-akhir ini sering terjadi dikalangan anak. *Bullying* yang seringkali diartikan sebagai sebuah tindakan yang menyakiti orang lain, dan menimbulkan masalah kesehatan baik secara fisik maupun psikologis bagi korbannya. Kasus *bullying* kini marak terjadi, tidak hanya di masyarakat namun juga terjadi di dunia pendidikan (Ortega et al., 2012). Sekolah sebagai salah satu institusi pendidikan untuk anak agar bisa mengembangkan potensi dalam dirinya. Namun, permasalahan *bullying* yang terjadi dikalangan pendidikan membuat anak menjadi takut untuk pergi ke sekolah, hal ini terjadi karena *bullying* masih belum menjadi pusat perhatian sehingga kurang mendapatkan penanganan.

Bentuk *bullying* yang seringkali diartikan sebagai sebuah tindakan yang menyakiti seperti, *bullying* non-verbal (memukul, menendang, meludah, mendorong, dan mencubit), verbal (mengejek atau mengolok-olok nama panggilan orangtua, mengancam, mempermalukan serta merendahkan korban), psikologis (menyebarkan rumor, mendukung pengucilan sosial, melakukan pemerasan, atau intimidasi), dan kejadian tersebut terkesan biasa karena dianggap hal itu hanya bersifat bercanda padahal itu semua adalah bentuk dari praktek *bullying* (Pavlich, Rains, & Segrin, 2017).

Anak yang berperilaku *bullying* termasuk dalam perilaku agresi dan dianggap sebagai orang yang cukup terkenal di kalangannya (Leff & Waasdorp, 2013). *Bullying* dapat dilakukan secara kelompok maupun individu. Terdapat beberapa karakteristik yang menentukan anak melakukan tindakan *bullying*, yaitu; Adanya unsur intimidasi terhadap korban, intensitas tindakan yang terus diulang, dan terdapat ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban *bullying* (Menesini & Salmivalli, 2017).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan perbedaan dari pelaku dan korban *bullying* adalah terletak dari dorongan atau kebutuhan untuk mendominasi dan agresi. Pelaku atau *bullies* digambarkan seperti memiliki agresi yang tinggi, sedangkan agresi pada korban tidak terlihat. Namun, beberapa hasil studi yang lainnya justru menunjukkan bahwa terdapat kemiripan dari korban dan pelaku *bullying* yakni stabilitas emosional yang tidak berkembang dengan baik selama masa anak-anak (Yang & Salmivalli, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Lereya, Copeland, Costello, dan Wolke (2015), menjelaskan bahwa korban *bullying* akan merasakan dampak negatif yang cukup panjang sampai individu tersebut dewasa. Dampak tersebut mempengaruhi kondisi individu

khususnya secara psikologis, dan bisa mengganggu kondisi kesehatan mental korbannya. Dampak *bullying* bisa berkepanjangan yang terjadi selama rentan kehidupannya apabila korban *bullying* tidak segera ditangani menimbulkan dampak yang berbahaya baik dari segi fisik, psikologis maupun permasalahan sosial. Masalah psikologis yang biasanya terjadi antara lain: harga diri yang rendah, merasa tertekan, cemas, kesepian, tidak mau bersosialisasi, prestasi belajar menurun bahkan ada yang sampai mengalami depresi dan berujung bunuh diri (Slonje, Smith, & Frisén, 2017).

Korban *bullying* merasakan banyak emosi negatif (marah, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, merasa terancam) ketika mengalami *bullying*, namun kondisi ini membuat korban tidak berdaya untuk menghadapi kejadian *bullying* yang menimpanya. Kondisi yang seperti ini, jika terus-menerus terjadi dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri dan merasa dirinya tidak berharga. Harga diri merupakan bentuk dari penilaian terhadap dirinya. Hal itu menyatakan sejauh mana sikap individu lain yang menganggap dirinya mampu, berarti, sukses dan merasa berharga (Pollastri, Cardemil, & Donnell, 2010).

Bullying menyebabkan korbannya memiliki *self esteem* (harga diri) yang rendah, dimana individu yang memiliki harga diri yang rendah akan merasa kurang percaya diri, tidak memiliki semangat untuk belajar, merasa takut atau tidak aman, dan cenderung tidak memiliki *coping* yang kurang baik, sehingga anak sulit untuk berkembang kearah yang lebih positif. Sebaliknya ketika individu memiliki *self esteem* (harga diri) yang positif akan merasa percaya diri, mudah untuk bergaul, mampu mengelola emosi dengan baik sehingga jauh dari rasa cemas, dan depresi (Kostas A. Fanti and Christopher C. Henrich, 2014).

Penelitian dari Camodeca dan Goossens (2005), menunjukkan hasil yang menarik bahwa korban dari *bullying* diprediksi memiliki peluang untuk menjadi pelaku. Sehingga hasil ini mengibaratkan bahwa semakin banyak korban *bullying* maka akan semakin banyak pelaku. Perilaku *bullying* dapat ditangani sejak dini, dimana untuk penanganannya dibutuhkan dukungan atau peran dari berbagai pihak, misalnya sekolah, orang tua, dan individu yang menjadi korban atau penonton yang melihat praktek *bullying* (Connolly et al., 2015). Berdasarkan hasil penelitian Skaar, Freedman, Carlon, dan Watson, (2016) menjelaskan bahwa program sekolah anti-*bullying* untuk mengurangi perilaku *bullying* di sekolah dapat diterapkan dengan baik ketika terciptanya hubungan yang positif antar

teman sebaya, dengan cara meningkatkan empati antar teman. Penelitian lain yang dilakukan oleh Safaria dan Yunita (2014) pada anak korban *bullying* dengan judul” *the efficacy of art therapy to reduce anxiety among bullying victims*” terapi ini bertujuan untuk mengurangi kecemasan pada korban *bullying*. Namun dari beberapa penelitian yang telah dilakukan tersebut masih belum efektif sehingga saat ini masih ditemukan permasalahan *bullying* dilingkungan pendidikan.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan terapi bermain yang berpusat pada anak memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk bekerja melalui masalah emosional mereka yang mengganggu aktivitas pembelajaran mereka. CCPT membantu anak-anak untuk belajar keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan mengurangi masalah perilaku. CCPT membantu anak-anak untuk mendapatkan kontrol diri dan kepercayaan diri, dan meningkatkan harga diri (Landreth, 2002).

Bermain merupakan salah satu cara untuk melepaskan emosi negatif yang dirasakan. Selain itu bermain juga bisa disebut sebagai salah satu bentuk katarsis. Hal ini terjadi karena terapi bermain dapat membantu seseorang untuk mengekspresikan sesuatu yang mengganggu dirinya. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa *play therapy* dapat menurunkan emosi negatif. Menurut Salter, Beamish, dan Davies, (2016) menjelaskan bahwa *play therapy* berpengaruh terhadap peningkatan emosi positif anak, sehingga anak mampu berkembang lebih baik di usia akan datang (Children, Ray, Blanco, Sullivan, & Holliman, 2009).

Play therapy yang dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri), dalam penelitian ini adalah *child centered play therapy*. CCPT berpandangan bahwa motivasi internal yang dimiliki anak-anak mendorong pertumbuhan dan aktualisasi diri, sehingga terapi ini dapat digunakan agar anak mampu mengembangkan pemahaman terhadap dirinya (Guerney, 2001). CCPT menekankan bahwa proses perubahan subjek dapat dilihat ketika adanya penerimaan dari terapis (J. Baggerly & Parker, 2005).

Prinsip teori terapi nondirektif Rogers yang mendorong terjadinya perubahan yaitu: kesesuaian antara terapis dan subjek, perhatian positif tanpa syarat terhadap subjek yaitu penerimaan, atau perhatian, atau penghargaan yang diberikan kepada subjek dan empati terhadap subjek. Berdasarkan penjelasan sebelumnya maka didapatkan bahwa *child centered play therapy* dapat meningkatkan perasaan berharga dari subjek, dimana perasaan berharga. Terapis berusaha memahami perasaan subjek dan mencerminkan

perasaan itu kembali sehingga mereka mendapatkan informasi tentang tingkah lakunya. Selain itu juga dalam terapi ini, ketika ia dapat membuat pilihan atas masalah yang dihadapinya maka subjek diberikan penghargaan (Garry L.Landreth, 2012).

Berdasarkan penjelasan diatas maka didapatkan bahwa subjek dalam proses terapi ini akan membuat pemecahan masalah sendiri dan terapis memberikan dorongan serta penghargaan kepada subjek ketika melakukannya. Dimana hal tersebut dapat mempengaruhi penilaian subjek terhadap kehidupannya. Melalui *child centered play therapy*, subjek dapat menggunakan berbagai media permainan, seperti menggambar, bermain peran atau hal lainnya dan ini bertujuan untuk mengungkapkan isi pikiran atau perasaan mereka, selain itu dengan permainan ini subjek lebih diajarkan untuk menghargai dirinya, lebih mengetahui potensi yang dimiliki, serta belajar untuk bersosialisai dan bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan. Media *child centered play therapy* yang dirasa dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) bermain pura-pura & menggambar (Sywulak & Sniscak, 2010).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas *child centered play therapy* terhadap peningkatan *self esteem* (harga diri) pada korban *bullying* (G. M. Lee et al., 2018). Manfaat dari penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada orang tua, sekolah dan masyarakat luas mengenai perilaku *bullying* yang terjadi di sekolah maupun kalangan masyarakat. Dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pembuatan rencana intervensi korban *bullying* yang terjadi di kalangan anak.

***Self Esteem* (Harga diri)**

Harga diri merupakan penghargaan seorang individu terhadap dirinya sendiri, dan kualitas (tinggi-rendahnya) harga diri dipengaruhi oleh interaksinya dengan lingkungan. Harga diri berkembang melalui kombinasi dari apa yang dialami dan berasal dari nilai-nilai. Individu melakukan konsep terhadap harga diri melalui penilaian *ideal self*, *self image* dan *true self*. *Self esteem* (harga diri) adalah kemampuan seorang individu dalam mengontrol atau mengendalikan kejadian-kejadian positif dan negatif yang menimpa dirinya (Branden, 1992).

Self esteem (harga diri) adalah hasil evaluasi individu terhadap dirinya, berdasarkan pengalaman spesifik yang pernah dialami, tinggi atau rendahnya harga diri seseorang dipengaruhi pada perilakunya sehari-hari, kemampuan individu untuk menganalisa seberapa jauh individu tersebut dapat menilai dirinya sehingga dirinya

memahami kemampuan, keberartian, dan rasa berharga yang dapat menguntungkan atau tidak terhadap dirinya (Dayakisni, 2003).

Hierarki kebutuhan dari Maslow, *self esteem* (harga diri) menempati urutan ke empat, dimana seseorang yang memiliki harga diri yang cukup baik akan mempunyai sikap percaya diri, serta akan mampu menjalani kegiatannya dengan berhasil. Sebaliknya jika seseorang memiliki harga diri yang kurang atau rendah maka seseorang akan diliputi rasa rendah diri, dan tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki (Feist, J., & Feist, 2013). Harga diri bisa diperoleh melalui penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri maupun penghargaan dari orang lain. Penghargaan diri sendiri meliputi: kebutuhan prestasi, keunggulan terhadap kompetisi, kepercayaan diri, dan kebebasan. Sedangkan penghargaan diri dari orang lain meliputi: kedudukan, martabat, nama baik, dan penghargaan yang didapatkan. Harga diri dapat dibentuk dari pengalaman terhadap lingkungan sehari-harinya, dimana harga diri seorang individu terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungan sekitar. Interaksi yang di dapatkan dari lingkungan sekitar, maka individu tersebut dapat mengenal dirinya dan juga mengenal orang lain (Branden, 1992).

Pembentukan harga diri seorang individu di pengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu berupa penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan tingkat penerimaan dan penghargaan yang di dapat dari orang lain. Faktor eksternal yang mempengaruhi harga diri seorang individu yaitu lingkungan sosial dimana individu tersebut tinggal dan berinteraksi, faktor utama lingkungan sosial adalah keluarga, dimana setiap individu akan belajar menilai dirinya melalui sikap dari orang tua atau anggota keluarga yang lainnya. Penerimaan, dan perhatian keluarga akan mempengaruhi faktor pembentukan harga diri seorang individu (Bos, Muris, Mulken, & Schaalma, 2006). Terdapat dua aspek yang mempengaruhi *self esteem*, yaitu aspek *self confidence* (kepercayaan diri), yaitu; kemampuan individu dalam menilai dirinya baik secara positif ataupun negatif dan *self respect* (penghormatan diri), keyakinan kita berhak memperoleh kebahagiaan, cinta, dan mampu mengelola emosi dengan baik (Branden, 2001).

Korban *Bullying*

Bullying merupakan sebuah bentuk penindasan yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti, melecehkan, dan mengintimidasi korbannya. Perilaku *bullying* berbeda dengan perilaku agresi, perbedaannya dapat dilihat dari korban. Korban dari perilaku agresi memiliki kemampuan untuk melawan pelakunya, sedangkan korban *bullying* tidak memiliki kemampuan untuk melawan pelakunya, yang artinya korban *bullying* termasuk orang yang lemah (Rigby, 2002).

Bullying tidak membedakan gender, dalam artian perilaku ini bisa terjadi di semua kalangan baik laki-laki maupun perempuan (Pengpid & Peltzer, 2013; Saarento & Salmivalli, 2015). *Bullying* yang terjadi dikalangan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu; (1) terkait dengan harga diri, serta pengalaman dari individu (Tsaousis, 2016b); (2) korban yang kurang asertif (Avşar & Ayaz Alkaya, 2017); (3) *peer* atau teman sebaya; (4) peran orang tua dan keluarga (Georgiou, Ioannou, & Stavrinides, 2017); (5) pengaruh media sosial (Whittaker & Kowalski, 2015).

Menurut Saarento dan Salmivalli (2015), pengaruh teman sebaya yang berisiko menimbulkan kecenderungan munculnya perilaku *bullying* pada remaja karena pada masa remaja, individu melepaskan diri dari keluarga dan banyak menghabiskan waktu dengan bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Pada kegiatan *bully membully*, seseorang biasanya terpengaruh kelompoknya, dengan tujuan agar remaja tersebut bisa bergabung dan diakui dalam kelompoknya. Akibatnya lama kelamaan anak akan menjadi pelaku *bullying* atau *bullie* (Closson & Watanabe, 2018).

Menurut Lee, (2014) perilaku *bullying* terjadi karena ada pelaku, korban dan penonton, terdapat tiga aspek atau tipe dasar perilaku *bullying*, yaitu: Pertama, *Bullying* fisik. Ditandai dengan bentuk kekerasan secara fisik seperti meninju dan menendang, selain itu, *bullying* fisik juga termasuk kekerasan langsung misalnya mengambil barang, dan merusak property. Hal lain yang termasuk bentuk *bullying* fisik dengan cara tatapan atau pandangan untuk melemahkan, yaitu ada manifestasi fisik dari *bullying* tetapi tidak ada rasa sakit fisik (Bradshaw, Waasdorp, & Johnson, 2015).

Kedua, *bullying* verbal adalah salah satu bentuk *bullying* yang paling umum karena dapat berdampak langsung terhadap korban. Contoh dari *bullying* verbal seperti mengejek, menghina, mengancam. *Bullying* verbal ini paling sering digunakan oleh remaja perempuan. Di era modern ini kemunculan teknologi juga berpengaruh terhadap

perilaku *bullying*. Bentuk intimidasi biasanya dilakukan lewat media seperti; telepon seluler dan media sosial, sehingga korban jauh dari kekerasan fisik (Byrne, Vessey, & Pfeifer, 2018).

Ketiga, *bullying* sosial, merupakan bentuk intimidasi ini memasukkan pengecualian yang disengaja dari kelompok-kelompok sosial atau intimidasi di dalam kelompok. Seperti bentuk-bentuk lain itu bisa langsung dengan pengucilan yang dialami oleh korban, atau bisa tidak langsung dilakukan jauh dari korban dan tidak dialami oleh mereka sampai mereka diberitahu tentang itu atau mereka berusaha untuk bergabung dengan kelompok (Mishna et al., 2016).

Menurut teori Carl Rogers memandang tindakan agresi yang dilakukan *pembully* terhadap korbannya, sebagai salah satu konsekuensi dari terlalu banyak *conditional positive regard*. Ketika seseorang hanya menerima hal positif bersyarat, mereka akan mengubah perilaku mereka untuk memenuhi standar yang ditetapkan, karena kebutuhan untuk hal positif begitu kuat. Namun, hal ini akan menyebabkan preferensi dan perasaan seseorang menghasilkan frustrasi karena ketidaksesuaian yang didapatkan. Sehingga, perilaku agresi kemudian muncul sebagai respons alami terhadap penolakan kebutuhan dan perasaan seseorang (Cardwell, 1996). Permasalahan *bullying* merupakan permasalahan psikososial yang berkembang di berbagai Negara. Lebih lanjut, berbagai penelitian berupaya untuk menemukan kriteria secara khusus dari korban dan pelaku *bullying* untuk menjelaskan dinamika permasalahan psikososial ini, khususnya di kalangan anak (Mishna, Khoury-kassabri, Gadalla, & Daciuk, 2012).

Dari uraian di atas, dapat diambil kesimpulan yang mendasar mengenai dinamika perilaku *bullying*. Rendahnya harga diri (*self esteem*) menjadi faktor yang penting yang membuat perilaku ini terus berkembang. Bahkan rendahnya harga diri ini membuat korban memiliki keinginan untuk balas dendam atau bahkan menunjukkan perilaku sebaliknya seperti depresi, munculnya simtom psikologis lainnya hingga merencanakan bunuh diri (Rivers, Poteat, Noret, & Ashurst, 2009).

Bullying Berdasarkan Perspektif Islam

Islam mengajarkan setiap individu untuk saling menjalin interaksi satu dengan yang lain. Interaksi yang dilakukan bisa dengan melakukan komunikasi antar individu. Interaksi dilakukan secara formal dan juga bisa dilakukan secara tidak formal, dengan menambahkan guyonan atau bahan bercandaan di dalamnya.

Pada zaman sekarang kekurangan (aib) seseorang sering dijadikan bahan untuk bercandaan. Istilah Islam, *bullying* dikenal dengan berbagai sebutan, antara lain, “sukhriyah, ihtiqar, dan istihza” *bully* dilakukan dengan mempermainkan aib atau kekurangan seseorang di hadapan publik. Aib tersebut dijadikan bahan olok-olokan sehingga memicu gelak tawa bagi para pendengarnya. *Bullying* juga telah dibahas di dalam Al-qur’an surat Hujurat ayat 11.

Allah SWT memerintahkan kepada kita agar tidak mengolok-ngolok dan merendahkan orang lain. Ayat tersebut menegaskan kemarahan Allah SWT terhadap orang yang merasa lebih superior dari orang lain yang dihina. Individu yang merasa hebat memiliki kecenderungan untuk menganggap remeh orang yang lebih rendah darinya.

Child Centered Play Therapy

Landreth (2012) menyatakan bahwa bermain merupakan salah satu simbol bahasa anak. Bisa dilihat dari perkembangan anak dengan bermain anak mampu lebih ekspresif dan menyalurkan ide atau kreatifitasnya. Terapi bermain berbeda dari teknik terapi pada umumnya. Terapi bermain sangat digemari oleh anak-anak, karena anak bebas mengekspresikan segala bentuk kognisi dan perilakunya, sehingga terapis tidak terlalu ikut andil dalam proses terapi. Oleh sebab itu intervensi dengan pendekatan bermain adalah intervensi yang menguntungkan bagi anak-anak secara psikologis (J. N. Baggerly, Ray, & Bratton, 2010).

Menurut Sywulak dan Sniscak (2010), bermain merupakan salah satu cara untuk anak meluapkan ekspresi dari isi pikiran dan perasaan serta melepaskan emosi anak. Bermain membuat subjek dapat berimajinasi dan bagaimana subjek dalam berhubungan dengan orang lain, sehingga dengan bermain subjek akan belajar dan mengalami perkembangan. Bermain merupakan media yang baik untuk belajar dikarenakan dapat menimbulkan perasaan senang (Guerney, 2001).

Child centered play therapy adalah bentuk dari terapi bermain yang mendasarkan pada prinsip dari Rogerian yaitu terapi yang menekankan pada hubungan antar subjek dan terapis, bukan pada teknik yang digunakan, dimana hubungan antara terapis dan subjek merupakan faktor yang memfasilitasi terjadinya perkembangan subjek. Hubungan itu dibangun atas tiga kondisi utama: (1) kesesuaian antara terapis dan subjek, (2) perhatian positif tanpa syarat kepada subjek, dan (3) empati kepada subjek. *Child centered play therapy* tidak diarahkan pada masalah atau populasi tertentu, namun

bersifat generik. Artinya, ini bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan perasaan yang mendasari perilaku yang tidak pantas. Perasaan seperti frustrasi, kemarahan, kecemasan, ketakutan, kekhawatiran dan menghadirkan perasaan tersebut dengan media bermain, sehingga subjek merasa lebih aman (J. N. Baggerly et al., 2010).

Apabila prinsip-prinsip tersebut dijabarkan maka lahirlah prinsip-prinsip yang bermain *client centered* yaitu sebagai berikut : (1) terapis harus mengembangkan hubungan hangat dan ramah dengan subjek; (2) terapis menerima subjek apa adanya; (3) terapis membangun perasaan permisif dalam hubungan sehingga subjek merasa bebas mengekspresikan perasaan sepenuhnya; (4) terapis berusaha untuk mengenali perasaan yang diungkapkan subjek (5) terapis memberikan penghargaan terhadap subjek. Agar subjek bisa bertanggung jawab untuk memecahkan masalahnya; (6) terapis tidak berusaha mengarahkan tindakan atau percakapan subjek; (7) terapi ini merupakan terapi yang prosesnya bertahap, (8) terapis membuat subjek sadar akan tanggung jawab yang dimilikinya; (9) terapi dilakukan dengan menggunakan peralatan yang membuat subjek senang; (10) peralatan terapi adalah yang memfasilitasi subjek dapat melakukan ekspresi diri (Guerney, 2001).

Melalui *child centered play therapy*, subjek dapat menggunakan berbagai macam media permainan sebagai cara untuk mengungkapkan apa yang dipikirkan dan dirasakan. Permainan dalam terapi ini adalah menghidupkan kembali situasi kehidupan nyata; memerankan, mainan pelepas agresifitas untuk mengekspresikan kemarahan untuk pelepasan emosi. Mainan dan bahan harus memfasilitasi berbagai ekspresi emosional yang dirasakan dan mampu untuk mengeksplorasi diri (Robinson, 2011).

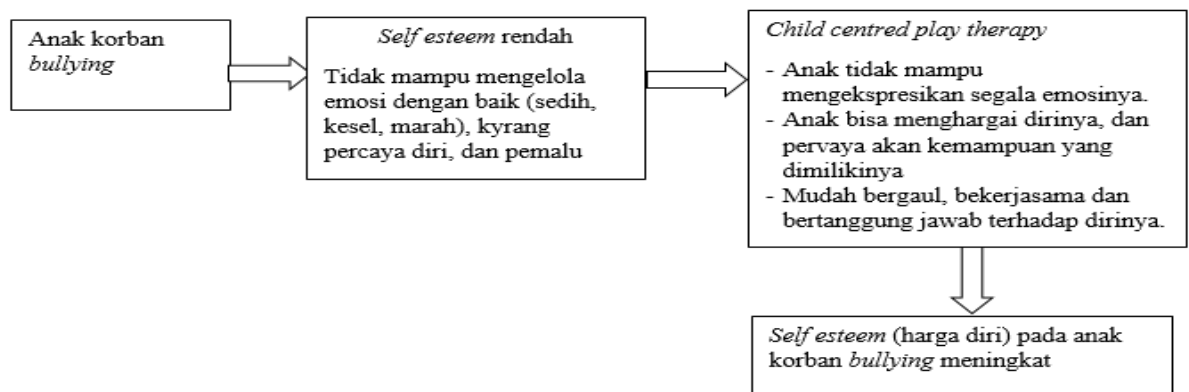
Self Esteem* pada Anak Korban *Bullying* dan *Child Centered Play Therapy

Anak korban *bullying* cenderung memiliki *self esteem* (harga diri) yang rendah, dimana hal ini menimbulkan dampak secara psikologis bagi anak. Anak korban *bullying* yang memiliki *self esteem* (harga diri) rendah cenderung memberikan penilaian negatif tentang dirinya secara keseluruhan, sehingga menjadi anak yang kurang percaya diri, merasa tidak puas dengan apa yang dimiliki, tidak mampu mengelola emosi (sedih, kesal dan marah), sehingga lebih memilih untuk menghindar dari lingkungan. Terapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *child centered play therapy* dimana dalam terapi ini terapis menerima subjek tanpa syarat. Melalui *child centered play therapy*, subjek dapat menggunakan berbagai media permainan lainnya sebagai sarana untuk

mengungkapkan apa yang dirasakan dan pikirkan, sehingga subjek dapat merasa lebih baik karena perasaan yang dimiliki telah diterima oleh orang lain (Sywulak & Sniscak, 2010).

Salah satu intervensi yang digunakan untuk meningkatkan *self esteem* adalah menggunakan pendekatan *art therapy*, dengan media menggambar. *Art therapy* merupakan proses terapiutik yang menggunakan media seni sebagai asesmen dan proses intervensi. *Art therapy* melalui media menggambar memberikan cara kepada anak untuk mengekspresikan pikiran, perasaan dan pengalamannya (Garry L.Landreth, 2012). Gambar menjadi media yang penting dalam meningkatkan pertukaran verbal antara subjek dan terapis dan dalam memperoleh pemahaman. Setiap gambar yang dihasilkan membuat kesadaran individu semakin berkembang terhadap pengalaman-pengalaman hidup yang dilalui, sehingga akan bermanfaat dalam meningkatkan potensi positif dalam mencegah atau menghadapi permasalahan yang akan datang (Wylie, 2007). Selain dengan menggunakan media *art therapy*, peneliti juga menggunakan permainan pura-pura, untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada anak korban *bullying*.

Bermain pura-pura merupakan salah satu bentuk permainan yang dilakukan melalui imajinasi. Bermain pura-pura membuat subjek dapat untuk dapat melakukan proyeksi ke situasi sekarang dalam bentuk permainan, dengan permainan pura-pura subjek belajar menghargai diri dan lebih percaya dengan kemampuan yang dimiliki, selain itu permainan ini dapat menjadikan subjek untuk belajar bekerjasama dan bisa bertanggung jawab (J. N. Baggerly et al., 2010). Bermain pura-pura sebagai simbol kondisi yang dirasakannya. Simbol ini menyimpan informasi tentang kejadian emosional yang dimainkan kembali dalam permainan berpura-pura (Russ, 2016).



Gambar 1. Kerangka Berpikir

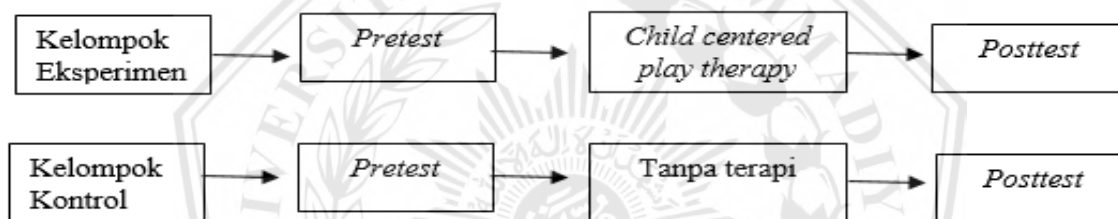
Hipotesis

Child centered play therapy mampu meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada anak korban *bullying*.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian yang dilakukan adalah eksperimen *pretest-posttest control group design*. Desain ini merupakan desain eksperimen yang dilakukan dengan diberikannya *pretest* sebelum perlakuan dan dilakukan *posttest* setelah perlakuan (Campbell & Stanley, 1963). Selain itu, penelitian ini menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembanding variabel yang diukur adalah *Self esteem* (harga diri). Gambar Desain penelitian dapat dilihat seperti berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian

Subjek Penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive sampling*, yang merupakan salah satu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau tujuan tertentu (Sugiono, 2011). Adapun subjek dalam penelitian ini; (a) anak sekolah dasar yang berusia 9-11 tahun; b) korban *bullying* dan memiliki *self esteem* yang rendah, hal ini dipilih berdasarkan hasil pengisian skala *self esteem* (harga diri) dan skala korban *bullying*.

Pemilihan subjek korban *bullying* dilakukan melalui wawancara dan pemberian skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Skala korban *bullying* terdiri dari empat aspek yang mengukur subjek termasuk dalam kategori korban *bullying* secara fisik, verbal, sosial atau properti. Hasil skor skala yang didapatkan 20 orang yang termasuk dalam kategori *self esteem* rendah dan menjadi korban *bullying* yang dijadikan subjek dalam penelitian. Penelitian ini terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Subjek yang memiliki kategori *self esteem* rendah dan korban *bullying* dibagi

menjadi dua kelompok, 10 subjek kelompok eksperimen dan 10 subjek termasuk dalam kelompok kontrol, dimana pembagian kelompok tersebut akan diacak secara random.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self esteem* (harga diri). *Self esteem* (harga diri) adalah hasil evaluasi seseorang terhadap dirinya, sehingga bisa melihat kemampuan, keberartian, sehingga seseorang lebih merasa berharga dan dapat meningkatkan kepercayaan terhadap dirinya. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self esteem* (harga diri) dalam penelitian ini adalah skala *Rosenberg Self Esteem* (RSE) diambil dari jurnal Heatherton dan Polivy (1991), dengan nilai *Alpha Cronbach* (α) sebesar .813. Skala ini terdiri dari 10 item yang menggunakan format pilihan jawaban skala *likert* dengan pilihan 1 = Sangat tidak setuju, 2 = Tidak setuju, 3 = Setuju, 4 = Sangat Setuju. Rentang kategori dari skala *self esteem* tersebut terdiri dari tiga tingkatan, yaitu: Rendah (< 15), dan skor nilai rata-rata (15-25).

Kriteria subjek penelitian selain memiliki *self esteem* yang rendah, juga termasuk korban *bullying*. *Bullying* adalah suatu tindakan kekerasan yang dapat menyakiti orang lain atau korbannya dalam bentuk verbal, fisik, atau psikologis. Korban *bullying* akan merasakan dampak negatif jika penindasan ini terjadi secara terus-menerus. Skala yang digunakan untuk melakukan *screening* terhadap subjek yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini adalah skala *Multidimensional Peer-Victimization Scale*. Alat ukur ini dari Mynard dan Joseph (2000), dengan nilai *Alpha Cronbach* (α) sebesar .800. Skala ini terdiri dari 16 item yang menggunakan format pilihan jawaban 1 = Tidak sama sekali, 2 = Sekali, 3 = Lebih dari sekali. Skala ini terdiri dari empat aspek, yaitu; 1). *Bullying* fisik, 2). *Bullying* verbal, 3). *Bullying* sosial, 4). *Bullying* properti.

Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahapan yaitu tahap pra pelaksanaan, perlakuan dan pasca perlakuan. Tahap pertama yaitu pra pelaksanaan, dimana pada tahap ini peneliti menyiapkan modul, melakukan bimbingan modul dengan profesional *judgement* kepada dosen pembimbing, serta melakukan *try out* modul dengan mengambil partisipan sejumlah 3 orang, tujuannya untuk melihat modul yang disusun sudah sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk melihat pengaruh pemberian intervensi *child centered play therapy* pada anak korban *bullying*. Selanjutnya, setelah *try out* modul dinyatakan memiliki pengaruh maka peneliti melakukan *screening* dan memberikan *pre-*

test skala *self esteem* terhadap korban *bullying*. Membangun *raport* atau pendekatan kepada subjek dan meminta kesediaan subjek beserta kesediaan guru/ wali subjek untuk berkenan menjadi partisipan penelitian.

Tahapan kedua, merupakan tahap proses intervensi dimulai, namun sebelum memulai proses intervensi subjek yang sudah memenuhi kriteria dalam penelitian ini dibagi secara random menjadi dua kelompok. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen diberikan perlakuan atau diikuti sertakan dalam proses intervensi, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Pembagian kelompok ini terdiri dari 10 subjek eksperimen dan 10 subjek kelompok kontrol. Proses intervensi dilakukan sebanyak 7 sesi, dengan rangkaian kegiatan intervensi seperti berikut: sesi 1. *Building raport* dan identifikasi masalah, sesi 2. *Free drawing* , sesi 3. *Puppet play* , sesi 4. *Rotation emotion*, sesi 5. *A magic tree*, sesi 6. *Block play*, dan sesi 7. Terminasi. Waktu yang diberikan untuk setiap sesi intervensi berkisar antara 45-60 menit. Permainan yang digunakan disesuaikan dengan prosedur CCPT, dimana permainan ini memberikan efek terhadap peningkatan *self esteem* subjek.

Tahap terakhir merupakan tahap pasca perlakuan, pada tahap ini pemberian *post-test* skala *self esteem* dilakukan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tujuannya untuk melihat peningkatan *self esteem* pada subjek yang diberikan perlakuan dan tidak diberikan perlakuan.

Analisis Data

Pengujian hasil analisis dilakukan dengan menganalisa hasil skor *pretest* dan *posttest* dari skala *self esteem*. Analisis data yang digunakan yaitu *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk melihat perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* masing-masing kelompok. Sedangkan uji *Mann Whitney* digunakan untuk melihat perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Peneliti menggunakan SPSS 21 untuk melakukan proses analisis data.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Subjek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol. Setiap kelompoknya terdiri dari 10 subjek yang termasuk korban *bullying* dan memiliki *self esteem* rendah.

Berikut penyajian data berupa penjelasan usia dan jenis kelamin subjek penelitian

Tabel 1. Karakteristik Subjek

Karakteristik	Kelompok	
	Eksperimen (N=10)	Kontrol (N=10)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3 (30%)	3 (30%)
Perempuan	7 (70%)	7 (70%)
Usia :		
9 tahun	4 (40%)	4 (40%)
10 tahun	3 (30%)	3 (30%)
11 tahun	3 (30%)	3 (30%)

Analisa Data dan Uji Hipotesis

Analisa data yang dilakukan adalah analisis non parametrik. Analisis menggunakan uji *Mann Whitney* dan uji *Wilcoxon*. Uji *Mann Withney* bertujuan untuk melihat perbedaan *self esteem* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi. Uji *Wilcoxon* bertujuan untuk melihat perbedaan variabel *self esteem pre-test* dan *post-test* pada masing-masing kelompok. Pada penelitian *child centered play therapy* pada anak korban *bullying* yang memiliki *self esteem* rendah, dilakukan untuk melihat hasil dari penelitian tersebut.

Uji Homogenitas

Tabel 2. Uji homogenitas

Levene Statistic	df 1	df 2	Sig.
1.705	1	18	.208

Berdasarkan nilai uji homogenitas diatas, dapat disimpulkan bahwa varian data dari dua kelompok adalah sama. Hasil tersebut diketahui nilai $P = .208 > .05$, maka kedua kelompok varian data sebelum dilakukan intervensi dapat dikatakan homogen atau sama.

Uji Hipotesis

Uji Wilcoxon

Tabel 3. Tabel Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dengan Uji Wilcoxon

Kelompok	N	Pre-test		Post-test		Z	Asymp Sig
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
Eksperimen	10	14.00	1.155	21.70	1.567	-2.812	.004
Kontrol	10	13.90	1.287	13.50	1.650	-.877	.380

Berdasarkan tabel diatas kelompok eksperimen yang diberikan intervensi *child centered play therapy* memperoleh nilai $Z = -2.812$ dengan nilai $P = .004 < .05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada kelompok eksperimen berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* atau dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan *child centered play therapy* yang diberikan pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada kelompok kontrol adalah $Z = -.877$ dengan nilai $P = .380 > .05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan pada hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol.

Selanjutnya pengujian yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self esteem* (harga diri) terhadap penurunan *bullying* pada kelompok eksperimen. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Pengaruh *Self Esteem* (Harga Diri) terhadap Penurunan *Bullying*

Variabel	Sig.	CC
<i>Self esteem</i> (harga diri) terhadap <i>Bullying</i>	.030	.447

Berdasarkan uji regresi linier yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikan yaitu $.030 < .05$ yang menunjukkan bahwa *self esteem* (harga diri) secara signifikan memiliki pengaruh terhadap *bullying*, dan nilai koefisien korelasinya sebesar .447 yang berarti adanya pengaruh cukup kuat antara *self esteem* (harga diri) dengan *bullying*.

Uji Mann Whitney

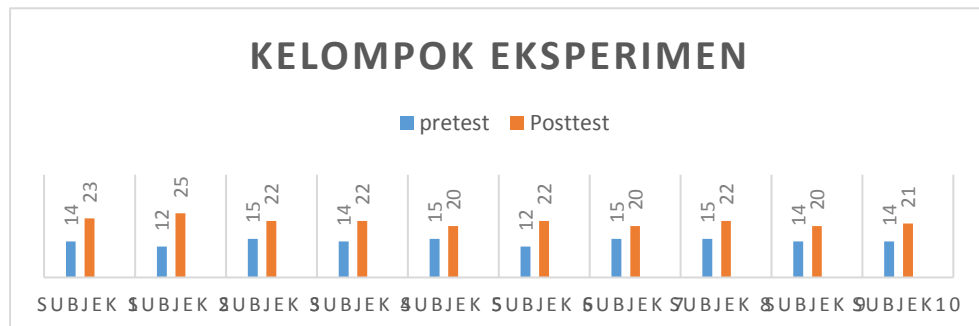
Tabel 5. Hasil Pengujian Mann Withney antar Kelompok Setelah diberikan Perlakuan

Pengaruh Kelompok	N	U	P
Post-test	20	.000	.000

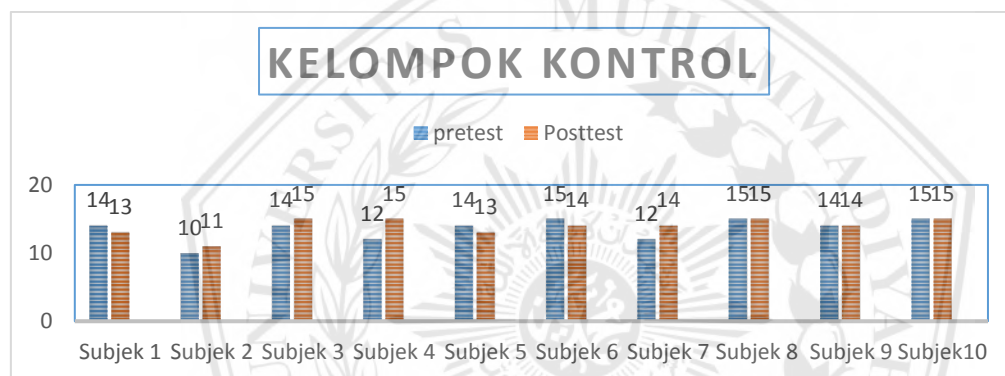
Berdasarkan hasil Tabel 5, dijelaskan bahwa terdapat perbedaan peningkatan *self esteem* (harga diri) pada hasil uji Man Whitney yang dilakukan setelah pemberian intervensi terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal tersebut terlihat dari nilai Mann Whitney U adalah 0,000 ($P < 0.01$) maka dikatakan bahwa peningkatan

self esteem (harga diri) pada kelompok eksperimen terjadi karena pemberian CCPT dan hipotesis penelitian diterima. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari grafik di bawah ini:

Grafik Skor Pretest & Posttest



Grafik 1. Peningkatan skor *pretest & posttest* skala *self esteem* kelompok eksperimen



Grafik 2. Tidak ada perubahan skor *pretest & posttest* skala *self esteem* dari kelompok kontrol yang tidak mengikuti intervensi

PEMBAHASAN

Korban *bullying* yang memiliki *self esteem* (harga diri) rendah membutuhkan penanganan sesegera mungkin, salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri), dengan terapi bermain. Terapi bermain yang berpusat pada anak memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk memahami masalah emosional mereka yang mengganggu aktivitas pembelajaran mereka. Menurut penelitian(Wixson, 2015), yang menjelaskan bahwa *Child centered play therapy* membantu anak-anak untuk belajar keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan mengurangi masalah perilaku. *Child centered play therapy* membantu anak-anak untuk mendapatkan kontrol diri dan kepercayaan diri, dan meningkatkan harga diri.

Hasil penelitian yang telah dilakukan selama 7 sesi menunjukkan bahwa *child centered play therapy* mampu untuk meningkatkan *self esteem* pada anak korban *bullying*. *Child centered play therapy* menggunakan media bermain ini membuat subjek merasa senang, membangun perasaan permisif dalam hubungan terapis dan subjek, sehingga subjek merasa bebas untuk mengekspresikan perasaan sepenuhnya. Terapis tidak berusaha mengarahkan tindakan atau percakapan, pada *child centered play therapy* anak lebih memimpin dan terapis mengikuti. Jenis mainan yang digunakan dapat membantu anak untuk bereksplorasi (Sywulak & Sniscak, 2010).

Intervensi *child centered play therapy* dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada anak korban *bullying*. Hal ini dilihat dari peningkatan skor sebelum dan sesudah dilakukannya proses intervensi. Selain dilihat dari peningkatan skor *self esteem* (harga diri) keberhasilan intervensi juga dilihat dengan menggunakan manipulasi cek. Peneliti menggunakan manipulasi cek berdasarkan hasil wawancara yang sesuai dengan prinsip *child centered play therapy*. Berdasarkan hasil yang didapatkan diketahui bahwa subjek merasa dirinya dihargai, merasa diterima selama proses intervensi, subjek mampu untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya. Sehingga, subjek lebih merasa lega dan bahagia. Berdasarkan hasil wawancara tersebut proses intervensi yang telah diberikan kepada subjek memiliki pengaruh terhadap perubahan kondisi subjek.

Terapi ini merupakan salah satu bentuk ekspresi diri subjek, dimana subjek bebas mengekspresikan pikiran dan perasaannya melepaskan emosi negatif yang selama ini dipendam sehingga mengurangi tekanan atau stress, dan subjek lebih memahami permasalahan yang dialami. *Child centered play therapy* berdasarkan prinsip teori Rogers yaitu adanya kesesuaian antara terapis dan subjek. Terapis memberikan perhatian positif tanpa syarat seperti; penerimaan atau perhatian, penghargaan yang diberikan serta perasaan empati kepada subjek (J. N. Baggerly et al., 2010).

Model *Child centered play therapy*, teori yang mendasari adalah teori Rogers, yang berpandangan bahwa motivasi internal yang dimiliki anak-anak mendorong pertumbuhan dan aktualisasi diri. Terapi bermain dengan pendekatan *Client centered non directive* (terapi yang berpusat pada anak secara tidak langsung), ini sesuai untuk anak-anak yang mengalami ketidaksesuaian antara kejadian hidup dengan dirinya *Child centered play therapy* memanfaatkan permainan, bahasa alami anak-anak, dan hubungan terapeutik untuk menyediakan lingkungan terapeutik yang aman dan konsisten di mana

seorang anak dapat mengalami penerimaan penuh, empati, dan pemahaman dari konselor dan memproses pengalaman dan perasaan batin melalui permainan dan simbol (Ray, Armstrong, & Jayne, 2015).

Permainan *child centered play therapy* dapat dilakukan secara berkelompok, dimana anak diberikan kesempatan untuk terhubung satu dengan yang lain, dengan cara bermain anak dapat mengembangkan keterampilan untuk melihat suatu sudut pandang orang lain, saling bekerjasama, saling berbagi, serta mampu untuk memecahkan masalah. Bermain juga merupakan salah pengalaman yang dapat membantu anak untuk berpikir tentang lingkungan sosial, dan secara tidak langsung mengajarkan anak untuk memahami diri mereka sendiri (Cochran, Nording, Jeff, & Wiley, 2011).

Terapi bermain yang berpusat pada anak dapat menjadikan dasar pengalaman belajar tentang memfasilitasi perubahan pada diri anak. Hal tersebut meliputi; anak belajar untuk lebih menghargai diri mereka sendiri dan orang lain, anak belajar mengekspresikan perasaan dan memahami bahwa perasaannya bisa dimengerti dan diterima oleh orang lain, anak belajar untuk memikul tanggung jawab atas pilihannya sendiri, anak bisa lebih kreatif dalam hal menyelesaikan permasalahannya, dan anak belajar untuk mengontrol dirinya sendiri.

Jenis permainan yang diberikan terapis pada interensi ini menggunakan media menggambar, dan bermain pura-pura. Media menggambar disebut dengan *art therapy* yang merupakan media seni sebagai salah satu bentuk terapi yang digunakan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan dan pengalaman subjek. Gambar menjadi salah satu media antara terapis dan subjek dalam memperoleh pemahaman, penyelesaian masalah, dan menimbulkan persepsi baru. Sehingga, menghasilkan perubahan kearah yang lebih positif. Selain media menggambar, terapis mengajak subjek untuk melakukan permainan pura-pura. Permainan ini sebagai simbol kondisi perasaan subjek, dimana subjek memainkan peran sesuai dengan kondisi yang dipikirkan dan dirasakan, sehingga subjek mampu mengekspresikan keadaan emosionalnya (Charles E. Schaefer & Donna Cangelosi, 2002).

Child centered play therapy dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) subjek. Permainan yang diberikan dalam intervensi mencakup beberapa aspek yang diantaranya; subjek memiliki kemampuan dalam mengontrol dirinya, subjek merasa dirinya lebih dihargai dan diterima. Subjek belajar untuk menghadapi segala permasalahan yang

dialaminya. *Child centered play therapy* membuat subjek memiliki harapan dan tujuan hidup yang lebih positif, dimana sebelumnya subjek merasa rendah diri akibat seringkali di *bully* oleh teman-temannya (Ray et al., 2015). Menurut penelitian dari Tsaousis, (2016) hasilnya menjelaskan bahwa korban *bullying* yang memiliki *self esteem* yang positif dapat meningkatkan pandangan positif tentang dirinya, kemampuan untuk bersosialisasi sehingga subjek dapat terhindar dari perilaku *bullying*.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan skor pada kelompok eksperimen, hal ini berarti pemberian intervensi *child centered play therapy* dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada anak korban *bullying*. Implikasi dari penelitian ini adalah bagi pihak sekolah, dapat bekerjasama dengan psikolog untuk menjalankan intervensi *child centered play therapy* sebagai cara peningkatan *self esteem* pada anak korban *bullying*. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya bisa menggunakan intervensi *child centered play therapy* (CCPT), untuk menyelesaikan problem lain yang dimiliki anak, seperti *externalizing behavior* , ADHD, dan permasalahan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Avşar, F., & Ayaz Alkaya, S. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*, 36, 186–190.
- Baggerly, J. N., Ray, D. C., & Bratton, S. C. (2010). *Child-centered play therapy*. New Jersey: John Wiley & Sony, Inc.
- Baggerly, J., & Parker, M. (2005). Practice & theory child-centered group play therapy the elementary school level. *Journal of Counseling & Development*, 83(4), 387–396.
- Bos, A. E. R., Muris, P., Mulken, S., & Schaalma, H. P. (2006). Changing self-esteem in children and adolescents : a roadmap for future interventions Changing self-esteem in children and adolescents : a roadmap for future interventions. *Journal of Psychology*.
- Bradshaw, C. P., Waasdorp, T. E., & Johnson, S. L. (2015). Overlapping verbal, relational, physical, and electronic forms of bullying in adolescence: influence of school context. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 44(3), 494–508.
- Branden, N. (1992). *The power of self esteem*. (A. Rand, Ed.). Florida: Health Communications.Inc.
- Branden, N. (2001). *The Psychology of self esteem* (Firt editi). San Fransisco: Jossey - Bass.
- Byrne, E., Vessey, J. A., & Pfeifer, L. (2018). Cyberbullying and social media: information and interventions for school nurses working with victims, students, and families. *Journal of School Nursing*, 34(1), 38–50.
- Camodeca, M., & Goossens, F. A. (2005). Aggression , social cognitions , anger and sadness in bullies and victims. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(2), 186–197.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and quasi-experiment al designs for research*. (N. J. P. A. L. Dallas Geneva, III. Hopewell, Ed.). London: Houghton Mifflin Company.
- Cardwell, M. (1996). *Approaches to psychology. Psychology for A level*.
- Charles E. Schaefer and Donna Cangelosi. (2002). *Play therapy techniques*. (C. E. S. and D. Cangelosi, Ed.) (Second Edi). London: Jason Aroson Inc.
- Children, A., Ray, D. C., Blanco, P. J., Sullivan, J. M., & Holliman, R. (2009). An exploratory study of child-centered play therapy with an exploratory study of child-centered play therapy with aggressive children. *Journal of Play Therapy*.
- Closson, L. M., & Watanabe, L. (2018). Popularity in the peer group and victimization within friendship cliques during early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 38(3), 327–351.
- Cochran, B. N. H., Nording, W. J., Jeff, L., & Wiley, C. J. (2011). Child-centered play

- therapy : A practical guide to developing therapeutic relationships with. *The Person Centered Journal*, 18(1), 111–115.
- Connolly, J., Josephson, W., Schnoll, J., Simkins-Strong, E., Pepler, D., MacPherson, A., ... Jiang, D. (2015). Evaluation of a youth-led program for preventing bullying, sexual harassment, and dating aggression in middle schools. *Journal of Early Adolescence*, 35(3), 403–434.
- Dayakisni, T. & H. (2003). *Psikologi sosial*. Malang: UMMPress.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2013). *Teori kepribadian* (jilid 2). Jakarta: Salemba Humanika.
- Garry L. Landreth. (2012). *Play therapy the art of the relationship*. (L. Garry L, Ed.) (Third Edit). New York, London: Routledge.
- Georgiou, S. N., Ioannou, M., & Stavrinides, P. (2017). Parenting styles and bullying at school: The mediating role of locus of control. *International Journal of School & Educational Psychology*, 5(4), 226–242.
- Guerney, L. (2001). Child-centered play therapy. *Journal of Play Therapy*, 10(2), 13–31.
- Heatherton, T. E., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 895–910.
- Kostas A. Fanti and Christopher C. Henrich. (2014). Effects of self-esteem and narcissism on bullying and victimization during early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 35(1), 1–26.
- Lee, C. (2014). *Preventing bullying in schools through partnerships*. London: Paul Chapman Publishing.
- Lee, G. M., Suhaila, K., Johari, K., Mahmud, Z., Jamaludin, L., Lee, G. M., ... Mahmud, Z. (2018). The impact of andtray therapy in group counseling towards children ' s self -esteem the impact of sandtray therapy in group counseling towards children ' s self -esteem, 8(4), 1045–1057.
- Leff, S. S., & Waasdorp, T. E. (2013). The effect of aggression and bullying on children and adolescents : implications for prevention and intervention. *Curr Psychiatry Report*, 15(3), 1–10.
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: Two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, 2(6), 524–531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Mishna, F., Khoury-kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2012). Children and youth services review risk factors for involvement in cyber bullying : Victims , bullies and bully – victims ☆. *Children and Youth Services Review*, 34(1), 63–70. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2011.08.032>

- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Schwan, K., Wiener, J., Craig, W., Beran, T., ... Daciuk, J. (2016). The contribution of social support to children and adolescents' self-perception: The mediating role of bullying victimization. *Children and Youth Services Review*, 63, 120–127.
- Mynard, H & Joseph, S. (2000). Development of the multidimensional peer-victimization scale. *Aggressive Behavior*, 26, 169–178.
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Genta, M. L., Brighi, A., Guarini, A., ... Tippet, N. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a european cross-national study. *Aggressive Behavior*, 38(5), 342–356. <https://doi.org/10.1002/ab.21440>
- Pavlich, C. A., Rains, S. A., & Segrin, C. (2017). The nonverbal bully: effects of shouting and conversational distance on bystanders' perceptions. *Communication Reports*, 30(3), 129–141. <https://doi.org/10.1080/08934215.2017.1315439>
- Pengpid, S., & Peltzer, K. (2013). Bullying and its associated factors among school-aged adolescents in Thailand. *The Scientific World Journal*, 2013, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2013/254083>
- Pollastri, A. R., Cardemil, E. V., & Donnell, E. H. O. (2010). Self-esteem in pure bullies and bully/victims: a longitudinal analysis. *Journal of Interpersonal Violence*, 25(8), 1489–1502. <https://doi.org/10.1177/0886260509354579>
- Ray, D. E. E. C., Armstrong, S. A., & Jayne, K. M. (2015). Child-centered play therapy in the schools: review and meta-analysis. *Psychology in the School*, 52(2), 107–123. <https://doi.org/10.1002/pits>
- Rigby, K. (2002). *New Perspectives on Bullying*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Rivers, I., Poteat, V. P., Noret, N., & Ashurst, N. (2009). Observing bullying at school : the mental health implications of witness status. *School Psychology Quarterly*, 24(4), 211–223. <https://doi.org/10.1037/a0018164>
- Robinson, S. (2011). What play therapists do within the therapeutic relationship of humanistic / non-directive play therapy. *Pastoral Care in Education*, 29(3), 207–220. <https://doi.org/10.1080/02643944.2011.599858>
- Russ, J. D. H. & S. W. (2016). Fostering-pretend-play-skills-and-creativity-in-elementary-school-girls-a-group-play-intervention. *Psychology of Aesthetic, Creativity, and Arts*, 10(1), 114–125.
- Saarento, S., & Salmivalli, C. (2015). The role of classroom peer ecology and bystanders' responses in bullying. *Child Development Perspectives*, 9(4), 201–205. <https://doi.org/10.1111/cdep.12140>
- Safaria, T., & Yunita, A. (2014). The efficacy of art therapy to reduce anxiety among bullying victims. *Journal of Research Studies in Psychology*, 3(4), 77–88.
- Salter, K., Beamish, W., & Davies, M. (2016). The effects of child-centered play therapy (CCPT) on the social and emotional growth of young australian children with autism. *Journal of Play Therapy*, 25(2), 78–90.

- Skaar, N. R., Freedman, S., Carlon, A. M. Y., & Watson, E. (2016). Integrating models of collaborative consultation and systems change to implement forgiveness-focused bullying interventions. *Journal of Education and Psychology Consultation*, 26(1), 63–86. <https://doi.org/10.1080/10474412.2015.1012672>
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2017). Perceived reasons for the negative impact of cyberbullying and traditional bullying. *European Journal of Developmental Psychology*, 14(3), 295–310. <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1200461>
- Sywulak, R. V. A. E., & Sniscak, C. C. (2010). *Child-centered play therapy*. New York, London: A Division of Guilford Publications, Inc.
- Tsaousis, I. (2016a). Aggression and violent behavior the relationship of self-esteem to bullying perpetration and peer victimization among schoolchildren and adolescents : a meta-analytic review. *Aggression and Violent Behavior*, 31, 186–199. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005>
- Tsaousis, I. (2016b). The relationship of self-esteem to bullying perpetration and peer victimization among schoolchildren and adolescents: A meta-analytic review. *Aggression and Violent Behavior*, 31, 186–199. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005>
- Whittaker, E., & Kowalski, R. M. (2015). Cyberbullying via social media. *Journal of School Violence*, 14(1), 11–29. <https://doi.org/10.1080/15388220.2014.949377>
- Wixson, C. (2015). *The effectiveness of child-centered play therapy on the challenging behaviors of early elementary school students*.
- Wylie, B. (2007). Self and social function : Art therapy. *Journal of Brand Management*, 14(4), 324–334. <https://doi.org/10.1057/palgrave.bm.2550076>
- Yang, A., & Salmivalli, C. (2013). European Journal of different forms of bullying and victimization : bully-victims versus bullies and victims. *Journal of Developmental Psychology*, 10(6), 37–41. <https://doi.org/10.1080/17405629.2013.793596>

MODUL INTERVENSI

CHILD CENTERED PLAY THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA ANAK KORBAN *BULLYING



DISUSUN OLEH:
HANI KHAIRUNNISA
201710500211011

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2019

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan modul intervensi *client centered play therapy* untuk meningkatkan *self esteem* pada anak korban *bullying*. Penulis menyusun tesis ini sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Psikologi Profesi.

Modul ini dijadikan peneliti sebagai bentuk rancangan yang digunakan untuk melakukan rangkaian proses intervensi. Modul pelaksanaan *client centered play therapy* ini berisi tentang langkah-langkah yang dapat dilakukan terapis agar bisa membantu subjek dalam meningkatkan kemampuan dirinya.

Penulis menyadari bahwa tentunya penyusunan modul ini masih terdapat banyak kekurangan yang harus diperbaiki. Oleh karena itu dengan rendah hati penulis mengharapkan masukan dan saran untuk melengkapi kekurangan dari modul ini.

Penulis mengucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada Ibu Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing pertama dan Dr. Djudiyah, M.Si, selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang tiada henti kepada penulis.

Malang, 13 September 2019

Hani Khairunnisa

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Bullying yang seringkali diartikan sebagai sebuah tindakan yang menyakiti orang lain, dan menimbulkan masalah kesehatan baik secara fisik maupun psikologis bagi korbannya (Ortega et al., 2012). Kasus *bullying* kini marak terjadi, tidak hanya di masyarakat namun juga terjadi di dunia pendidikan. Anak yang berperilaku *bullying* termasuk dalam perilaku agresi dan dianggap sebagai orang yang cukup terkenal di kalangannya (Leff & Waasdorp, 2013).

Bullying dapat dilakukan secara kelompok maupun individu. Terdapat beberapa karakteristik yang menentukan remaja melakukan tindakan *bullying*, yaitu; Adanya unsur intimidasi terhadap korban, intensitas tindakan yang terus diulang, dan terdapat ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban *bullying*, contohnya seperti kakak kelas yang membully adik kelasnya (Menesini & Salmivalli, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Lereya, Copeland, Costello, & Wolke (2015), menjelaskan bahwa korban *bullying* akan merasakan dampak negatif yang cukup panjang sampai individu tersebut dewasa. Dampak tersebut mempengaruhi kondisi individu khususnya secara psikologis, dan bisa mengganggu kondisi kesehatan mental korbannya. Dampak *bullying* bisa berkepanjangan yang terjadi selama rentan kehidupannya apabila korban *bullying* tidak segera ditangani menimbulkan dampak yang berbahaya baik dari segi fisik, psikologis maupun permasalahan sosial (Dergisi & Hesap, 2018).

Penelitian mengatakan bahwa korban *bullying* merasakan banyak emosi negatif (marah, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, merasa terancam) ketika mengalami *bullying*, namun kondisi ini membuat korban tidak berdaya untuk menghadapi kejadian *bullying* yang menimpanya. Kondisi yang seperti ini, jika terus-menerus terjadi dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri dan merasa dirinya tidak berharga. Harga diri merupakan bentuk dari penilaian terhadap dirinya. Hal itu menyatakan sejauh mana sikap individu lain yang menganggap dirinya mampu, berarti, sukses dan merasa berharga (Schwartz, Gorman, Nakamoto, & Toblin, 2016).

Modul ini bertujuan untuk mengetahui apakah *client centered play therapy* dapat meningkatkan *self esteem* pada anak korban *bullying*.

BAB II

KORBAN *BULLYING*, *SELF ESTEEM* DAN *PLAY THERAPY*

Korban *Bullying*

Bullying merupakan sebuah bentuk penindasan yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti, melecehkan, dan mengintimidasi korbannya. Perilaku *bullying* berbeda dengan perilaku agresi, perbedaannya dapat dilihat dari korban. Korban dari perilaku agresi memiliki kemampuan untuk melawan pelakunya, sedangkan korban *bullying* tidak memiliki kemampuan untuk melawan pelakunya. Perilaku yang menyimpang terjadi karena rendahnya pemahaman remaja terkait nilai diri yang positif dalam dirinya, sehingga individu kurang mampu berempati, tidak saling menolong, dan kurang bersikap lemah lembut kepada individu lainnya (Fanti & Henrich, 2015).

Menurut Saarento & Salmivalli (2015), pengaruh teman sebaya yang berisiko menimbulkan kecenderungan munculnya perilaku *bullying* pada remaja karena pada masa remaja, individu melepaskan diri dari keluarga dan banyak menghabiskan waktu dengan bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Pada kegiatan *bully membully*, remaja biasanya terpengaruh kelompoknya, dengan tujuan agar remaja tersebut bisa bergabung dan diakui dalam kelompoknya. Akibatnya lama kelamaan remaja akan menjadi pelaku *bullying* atau *bullie* (Closson & Watanabe, 2018).

Bentuk dari perilaku *bullying* yang sering dilakukan seperti, non-verbal (memukul, menendang, meludah, mendorong, dan mencubit), verbal (mengejek atau mengolok-olok nama panggilan orangtua, mengancam, mempermalukan serta merendahkan korban), psikologis (menyebarkan rumor atau menyebarkan gosip, memanipulasi hubungan sosial, mendukung pengucilan sosial, melakukan pemerasan, atau intimidasi (Pavlich, Rains, & Segrin, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Lereya, Copeland, Costello, & Wolke (2015), menjelaskan bahwa korban *bullying* akan merasakan dampak negatif yang cukup panjang sampai individu tersebut dewasa. Dampak tersebut mempengaruhi kondisi individu khususnya secara psikologis, dan bisa mengganggu kondisi kesehatan mental

korbannya. Dampak *bullying* bisa berkepanjangan yang terjadi selama rentan kehidupannya apabila korban *bullying* tidak segera ditangani menimbulkan dampak yang berbahaya baik dari segi fisik, psikologis maupun permasalahan sosial. Masalah psikologis yang biasanya terjadi antara lain: harga diri yang rendah, merasa tertekan, cemas, kesepian, tidak mau bersosialisasi, prestasi belajar menurun bahkan ada yang sampai mengalami depresi dan berujung bunuh diri (Slonje, Smith, & Frisén, 2017).

Self Esteem

Self (diri) merupakan kesadaran yang menyangkut kehidupan pada diri individu, baik pengalaman masa lalu, masa kini maupun tujuan yang akan di capai pada masa akan datang. Kesadaran itu menyangkut pada beberapa aspek seperti fisiologis, psikologis, sosiologi maupun spiritual moral. Harga diri merupakan penghargaan seorang individu terhadap dirinya sendiri, dan kualitas (tinggi-rendahnya) harga diri dipengaruhi oleh interaksinya dengan lingkungan (Dayakini & Hudaniyah, 2003), *Self esteem* (harga diri) adalah kemampuan seorang individu dalam mengontrol atau mengendalikan kejadian-kejadian positif dan negative yang menimpa dirinya.

Self esteem (harga diri) adalah hasil evaluasi individu terhadap dirinya, berdasarkan pengalaman spesifik yang pernah dialami, tinggi atau rendahnya harga diri seseorang dipengaruhi pada perilakunya sehari-hari (Rosenberg, 1965). *Self esteem* (Harga diri) adalah evaluasi individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh individu tersebut dapat menilai dirinya sehingga bisa melihat kemampuan, keberartian, dan rasa berharga yang dapat menguntungkan atau tidak terhadap dirinya (Baron & Byrne, 2003).

Terdapat dua aspek yang mempengaruhi *self esteem*, yaitu aspek *self confidence* (kepercayaan diri), yaitu; kemampuan individu dalam menilai dirinya baik secara positif ataupun negatif dan *self respect* (penghormatan diri), keyakinan kita berhak memperoleh kebahagiaan, cinta, dan mampu mengelola emosi dengan baik (Branden, 2001).

Play Therapy

Landreth (2012) menyatakan bahwa mainan adalah kata-kata anak-anak, dan bermain adalah bahasa mereka. Secara perkembangan bermain merupakan metode yang sesuai bagi anak-anak untuk menunjukkan dunia mereka melalui penggunaan mainan dengan teknik seni ekspresif. Terapi bermain berbeda dari teknik terapi pada umumnya. Terapi bermain menghargai kognisi dan perilaku anak-anak dan tanpa penilaian sepihak oleh terapis. Oleh sebab itu intervensi dengan pendekatan bermain adalah intervensi yang menguntungkan bagi anak-anak secara psikologis (Baggerly, Ray, & Bratton, 2010).

Play therapy yang digunakan dalam penelitian ini adalah *client centered play therapy* (CCPT) merupakan terapi bermain yang berasal dari pendekatan humanistik Carl Rogers, dimana terapi ini bersifat *non-directive* yang mendorong terjadinya perubahan yaitu: kesesuaian antara terapis dan subjek, perhatian positif tanpa syarat terhadap subjek yaitu penerimaan, atau perhatian, atau penghargaan yang diberikan kepada subjek (Sywulak & Sniscak, 2010).

Media yang digunakan untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) adalah dengan menggunakan media menggambar dan bermain pura-pura. Salah satu intervensi dengan media menggambar disebut *art therapy* yang merupakan proses terapiutik yang menggunakan media seni sebagai asesmen dan proses intervensi. Seni sebagai bentuk terapi yang diasumsikan bentuk komunikasi dimana jarang dilakukan resistensi oleh anak. *Art therapy* melalui media menggambar memberikan cara untuk anak agar dapat mengekspresikan pikiran, perasaan dan pengalamannya (Sohrabi, 2014).

Gambar menjadi media yang penting dalam meningkatkan pertukaran verbal antara subjek dan terapis dan dalam memperoleh pemahaman, penyelesaian masalah, menimbulkan persepsi baru, sehingga akhirnya menghasilkan perubahan positif. Setiap gambar yang dihasilkan membuat kesadaran individu semakin berkembang terhadap pengalaman-pengalaman hidup yang dilalui, sehingga akan bermanfaat dalam meningkatkan potensi positif dalam mencegah atau menghadapi permasalahan yang akan datang (Wylie, 2007).

Selain media menggambar, beberapa terapis terapi bermain telah mengamati tentang bagaimana bermain pura-pura sebagai media yang dapat membuat subjek dapat mengekspresikan keadaan emosional. Bermain pura-pura membuat subjek dapat untuk dapat melakukan proyeksi keadaan mentalnya ke situasi sekarang dalam bentuk permainan (Baggerly et al., 2010). Situasi dalam bermain pura-pura membuat subjek dapat memikirkan dan mengekspresikan perasaan yang dimiliki. Bermain pura-pura sebagai simbol kondisi yang dirasakannya. Simbol ini menyimpan informasi tentang kejadian emosional yang dimainkan kembali dalam permainan berpura-pura (Russ, 2016).

BAB III

PROSEDUR INTERVENSI MELALUI *CLIENT CENTERED PLAY THERAPY*

Pendekatan

Child centered play therapy (CCPT), merupakan pendekatan humanistik dari Carl R. Rogers. CCPT adalah sebuah pendekatan dalam terapi bermain yang berfokus pada kehidupan individu melalui hubungan antara klien dan terapis. Model Terapi *Client-Centered*, Teori yang mendasari adalah teori Rogers, yang berpandangan bahwa motivasi internal yang dimiliki anak-anak mendorong pertumbuhan dan aktualisasi diri (Baggerly et al., 2010).

Terapi bermain dengan pendekatan *Client Centered Non Directive* (terapi yang berpusat pada anak secara tidak langsung), sesuai untuk anak-anak yang mengalami ketidaksesuaian antara kejadian hidup dengan dirinya. Terapi bermain adalah terapi yang menggunakan alat-alat permainan dalam situasi yang sudah dipersiapkan untuk membantu anak mengekspresikan perasaannya, baik senang, sedih, marah, dendam, tertekan, atau emosi yang lain.

Filosofi terapi bermain yang berpusat pada anak menganggap bermain penting untuk perkembangan anak yang sehat. Bermain memberikan bentuk dan ekspresi konkret ke dunia batin anak-anak. Pengalaman yang signifikan secara emosional diberikan ekspresi bermakna melalui permainan. Fungsi utama bermain dalam pengalaman terapi bermain adalah perubahan apa yang mungkin tidak dapat dikelola dalam kenyataan untuk mengelola situasi melalui representasi simbolik, yang

memberi anak-anak peluang untuk belajar mengatasinya dengan melakukan eksplorasi mandiri.

Child-centered play therapy lebih memfokuskan pada anak daripada masalah yang muncul. Perasaan seperti frustrasi, kemarahan, kecemasan kinerja, kecemasan pemisahan, ketakutan akan ditinggalkan, atau kekhawatiran tentang keselamatan pribadi yang terwujud dalam perilaku yang tidak tepat dan maladaptif dapat diatasi dengan membiarkan anak memainkannya di atmosfer terapi interpersonal yang aman.

CCPT tidak diarahkan pada masalah atau populasi tertentu, namun bersifat generik. Artinya, ini bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan perasaan yang mendasari perilaku yang tidak pantas. Perasaan seperti frustrasi, kemarahan, kecemasan kinerja, kecemasan pemisahan, ketakutan akan ditinggalkan, atau kekhawatiran tentang keselamatan pribadi yang terwujud dalam perilaku yang tidak tepat dan maladaptif dapat diatasi dengan membiarkan anak memainkannya di atmosfer terapi interpersonal yang aman.

Tujuan dan Sasaran

Pemberian *Child centered play therapy* (CCPT), dalam intervensi ini bertujuan untuk meningkatkan harga diri pada anak korban *bullying*. Sehingga mampu untuk meningkatkan potensi yang dimiliki anak. CCPT lebih berfokus pada tanggung jawab dan kesanggupan klien menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara penuh, dalam artian CCPT lebih berfokus pada anak untuk menemukan potensi dalam dirinya, dan tidak berfokus pada masalah yang dihadapi, sehingga mampu untuk meningkatkan *self esteem*

Sasaran penelitian ini adalah anak yang berusia 9-12 tahun, sering mendapatkan perlakuan negatif dari teman sebayanya/ korban *bullying*, dan memiliki *self esteem* rendah dengan melihat hasil skoring skala *self esteem* yang telah diberikan.

Manfaat Intervensi

Child centered play therapy (CCPT), memiliki banyak manfaat jika diterapkan pada anak, selain untuk membantu meningkatkan harga diri anak, anak juga mampu untuk lebih bertanggung jawab terhadap dirinya, menjadi lebih percaya diri dengan potensi yang dimilikinya.

Waktu dan Durasi

Pelaksanaan intervensi dilakukan 8 sesi. Masing-masing sesi memiliki durasi waktu 45-120 menit

Tempat Pelaksanaan Intervensi

Sekolah Dasar X

Prinsip Dasar Memandu Proses *Client Centered Play Therapy*

Axline mengembangkan delapan prinsip dasar untuk memandu proses CCPT. Meskipun nampaknya sederhana, pedoman ini memberikan dasar untuk memfasilitasi perubahan dan pertumbuhan klien anak. Adapun uraian dari delapan prinsip dasar sebagai berikut :

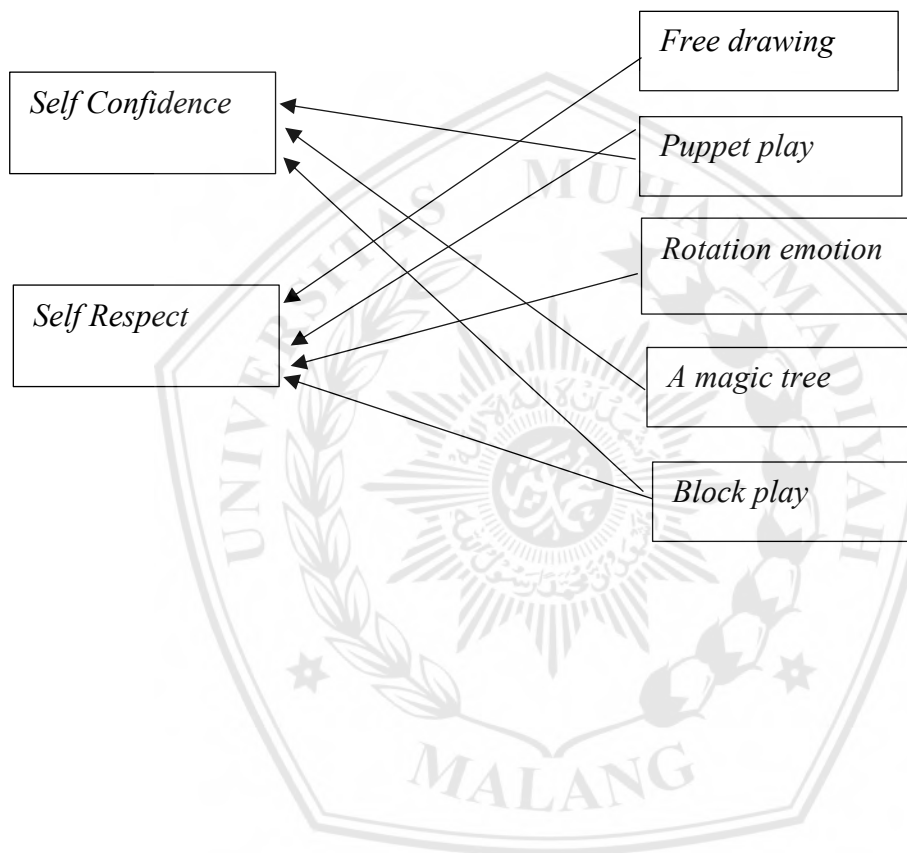
1. Terapis harus mengembangkan hubungan yang hangat dan bersahabat dengan anak, di mana hubungan yang baik dibangun sesegera mungkin.
2. Terapis memiliki hubungan yang hangat dengan anak, sehingga anak dapat menerima terapis dengan baik.
3. Terapis membangun perasaan permisif dalam hubungan sehingga anak merasa bebas untuk mengekspresikan perasaannya sepenuhnya.
4. Terapis waspada untuk mengenali perasaan yang diungkapkan anak dan mencerminkan perasaan itu kembali kepadanya sedemikian rupa sehingga ia memperoleh wawasan tentang perilakunya.
5. Terapis menunjukkan sikap menghargai kemampuan anak untuk menyelesaikan masalahnya sendiri jika diberi kesempatan untuk melakukannya. Tanggung jawab untuk membuat pilihan yang dibuat oleh anak.
6. Terapis tidak berusaha mengarahkan tindakan atau percakapan anak dengan cara apa pun. Anak memimpin dan terapis mengikuti.
7. Waktu untuk proses terapi berjalan sesuai dengan kesepakatan antara anak dan terapis.
8. Terapis hanya menetapkan batasan-batasan yang membuat anak sadar akan tanggung jawabnya.

Rancangan Intervensi

Sesi	Waktu	Kegiatan	Tujuan
I	60 menit	<i>Building raport</i> dan Identifikasi masalah.	<ul style="list-style-type: none"> - Terapis membangun hubungan dan rasa percaya kepada partisipan. - Terapis mengumpulkan informasi terkait permasalahan yang dialami partisipan, dengan memberikan permainan.
II	60 menit	<i>Free Drawing</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Anak bebas untuk menggambar apa saja yang dirasakan tentang kondisinya dengan teman. - Membantu anak untuk melepaskan emosi negatif yang dirasakan terkait tekanan yang dialami. - Media katarsis untuk anak.
III	120 menit	<i>Puppet play</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu anak-anak melepaskan emosi negatif mereka - Meningkatkan rasa percaya diri anak-anak - Meningkatkan kerjasama kelompok dan membangkitkan semangat anak-anak - Meningkatkan keterampilan sosial pada anak. - Meningkatkan rasa tolong menolong.
IV	60 menit	<i>Rotation Emotion</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu anak untuk mengenali emosi yang dirasakan. - Membantu anak untuk mengungkapkan emosi yang terpendam.
V	60 menit	<i>A magic tree</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Mendorong anak untuk mengenali kondisi dirinya sendiri, dengan menuliskan sifat-sifat negatif dan harapan sifat-sifat yang ingin dirubah. - Meningkatkan pandangan positif terhadap diri sendiri.
VI	60 menit	<i>Block Play</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu anak untuk mengelola emosi dengan baik. - Membantu anak untuk saling memberikan bekerjasama dalam kelompok. - Mengajarkan anak untuk selalu kuat menghadapi permasalahan. - Mengajarkan <i>problem solving</i>.

VII	45 menit	<i>Termination</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Mengakhiri sesi terapi - Seluruh partisipan mampu mengaplikasikan hasil terapi tidak hanya didalam ruangan bermain namun juga diluar ruangan seperti lingkungan mereka. - Memberikan posttest skala <i>self esteem</i>
-----	----------	--------------------	--

CHILD CENTERED PLAY THERAPY DENGAN SELF ESTEEM



LANGKAH—LANGKAH PELAKSANAAN INTERVENSI

(Building Raport, Identifikasi Masalah)

Pada sesi ini dilakukan proses *building raport* dengan partisipan kelompok eksperimen, penggalian masalah secara mendalam mengenai apa yang partisipan rasakan dan membahas kontrak pertemuan selama proses intervensi.

Fase : Sesi I

Waktu : 60 Menit

Alat dan Bahan : Alat tulis dan Jurnal Harian

Tujuan

1. Terapis membangun hubungan yang setara dan membangun rasa percaya anak-anak kepada terapis.
2. Terapis dan anak bekerjasama untuk membangun hubungan dimana kekuatan dan pengambilan keputusan terbentuk serta aturan hubungan umum diciptakan.
3. Terapis melakukan proses konseling, untuk mengumpulkan informasi tentang anak.

Langkah kegiatan:

- a. Pembukaan
 - Terapis memperkenalkan diri dan menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan.
 - Terapis membentuk kelompok
 - Terapis melemparkan bola kepada anak secara acak, dan anak yang mendapatkan bola tersebut harus memperkenalkan diri mereka dihadapan teman yang lain.
 - Terapis membuat kontrak bersama anggota kelompok eksperimen.
- b. Kegiatan inti
 - Terapis melakukan wawancara kepada kelompok eksperimen, dimana terapis memulai proses konseling sebelum bermain bersama.
 - Terapis membagikan buku tulis kecil untuk buku harian partisipan.
- c. Penutup

- Terapis bersama seluruh partisipan eksperimen mengatur jadwal untuk kegiatan intervensi selanjutnya.
- Terapis mengakhiri pertemuan dengan membagikan *snack* dan mengucapkan terimakasih.

Free Drawing

Salah satu intervensi yang digunakan untuk meningkatkan *self esteem* adalah menggunakan pendekatan *art therapy*, dengan media menggambar. Melalui media menggambar memberikan cara untuk anak agar dapat mengekspresikan pikiran, perasaan dan pengalamannya.

Fase : Sesi II

Waktu : 60 Menit

Alat dan Bahan : Alat tulis, buku gambar, dan crayon warna

Tujuan

1. Membantu anak untuk melepaskan emosi negatif yang dirasakan terkait tekanan yang dialami.
2. Media katarsis untuk anak.

Langkah Kegiatan :

a. Pembukaan

- Terapis memberikan pertanyaan kepada anak mengenai hal apa yang dilakukan diwaktu luang.
- Terapis menanyakan hal apa saja yang sudah ditulis pada buku harian.
- Terapis membagikan alat tulis, buku gambar serta *crayon*
- Terapis mempersilahkan partisipan untuk menggambar sesuai dengan isi perasaan dan pikiran anak tentang kondisi pertemanan.

b. Kegiatan inti

- Anak-anak dapat menggambar apapun sesuai dengan isi pikiran dan perasaan mereka masing-masing.
- Anak-anak dapat bebas berkreasi.

- Setelah selesai menggambar anak diminta untuk mempresentasikan hasil gambar mereka, dan menceritakannya.

c. Penutup

- Terapis memberikan anak dorongan, semangat dan motivasi
- Terapis memberikan *feedback* mengenai pertemuan yang telah dilakukan.
- Terapis mengakhiri pertemuan dengan memberikan *snack*.

Uraian kegiatan :

- Terapis membagikan alat tulis, buku gambar dan crayon warna kepada anak.
- Terapis meminta anak untuk menggambar bebas sesuai isi pikiran dan perasaannya.
- Terapis dan anak menyepakati waktu untuk menyelesaikan gambarannya.
- Terapis meminta anak untuk mempresentasikan gambarannya, atau menceritakan isi gambarannya.
- Terapis memberikan *feedback* dari kegiatan yang dilakukan.

Puppet play

Puppet play merupakan modifikasi dari permainan pura-pura, dimana permainan ini menggunakan media lain, seperti boneka atau karakter dari kertas sebagai karakter dari permainan. Bermain pura-pura membuat subjek dapat memikirkan dan kemudian mengekspresikan perasaan negatif dan positif dalam keadaan berpura-pura.

Fase : Sesi III

Waktu : 120 Menit

Alat dan Bahan : *Stick ice cream*, karakter pemain dari kertas, dan lem

Tujuan

1. Membantu anak-anak melepaskan emosi negatif mereka
2. Meningkatkan rasa percaya diri anak-anak
3. Meningkatkan kerjasama kelompok dan membangkitkan semangat anak-anak
4. Meningkatkan keterampilan sosial pada anak.
5. Meningkatkan rasa tolong menolong.

Langkah Kegiatan :

a. Pembukaan

- Terapis menanyakan kabar dari setiap anak.
- Terapis memperkenalkan mainan yang akan digunakan untuk kegiatan hari ini.
- Terapis menjelaskan aturan permainan.
- Terapis menyediakan 4 tema untuk dimakan, dan anak-anak berdiskusi untuk memilih tema mana yang akan dimainkan secara bersama-sama.
- Menyepakati secara bersama-sama tema dari permainan pura-pura/*puppet play*. Tema yang dipilih adalah tema yang sering terjadi di lingkungan sekolah, misalnya (*bullying* atau anak yang memilih teman).

b. Kegiatan inti

- Anak memilih tema yang sesuai dengan keinginan mereka.
- Anak bebas memilih karakter *puppet play*, sesuai dengan keinginan masing-masing.
- Anak memainkan perannya masing-masing sesuai kesepakatan hasil diskusi.
- Anak bebas mengekspresikan isi pikiran dan perasaannya dan menghayati kegiatan bermain peran.

c. Penutup

- Terapis memberikan *feedback* dari pertemuan hari ini.
- Terapis membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.
- Terapis mengakhiri pertemuan hari ini dan membagikan *snack* kepada anak-anak.

Uraian kegiatan:

- Terapis memperkenalkan *puppet play* kepada anak-anak.
- Terapis memberikan contoh cara bermain kepada anak-anak.
- Terapis menyediakan 4 tema permainan kepada anak.
- Anak-anak berdiskusi untuk menentukan tema apa yang akan dimainkan lebih awal.
- Anak-anak bebas untuk memerankan karakter sesuai apa yang diinginkan.
- Anak-anak bebas berekspresi.
- Terapis memberikan dorongan motivasi kepada anak.

Rotation Emotion

Rotation emotion merupakan modifikasi permainan yang diambil dari bermain peran. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa bermain pura-pura meningkatkan emosi positif subjek. Emosi positif berkontribusi secara signifikan terhadap rasa kesejahteraan dan kesehatan, dan meningkatkan kualitas hidup individu.

Fase : Sesi IV

Waktu : 60 Menit

Alat dan Bahan : Kardus, gunting, lem, kertas, alat tulis dan gambar *emoticon*, bola.

Tujuan

1. Membantu anak untuk mengenali emosi yang dirasakan.
2. Membantu anak untuk mengungkapkan emosi yang terpendam.

Langkah kegiatan :

a. Pembukaan

- Terapis menanyakan kabar kepada seluruh partisipan.
- Terapis melakukan *feedback* dari pertemuan selanjutnya untuk mengetahui kondisi perasaan seluruh anak setelah mengikuti beberapa kali rangkaian intervensi.
- Terapis menanyakan kembali mengenai buku harian anak-anak.
- Terapis memperkenalkan permainan baru yang akan dilakukan.

b. Isi kegiatan

- Terapis menunjukkan *rotation emotion* kepada anak-anak.
- Terapis melemparkan bola kepada seluruh anak, dan anak yang mendapatkan bola akan bermain lebih awal.
- Selanjutnya anak bebas mengekspresikan emosi yang dirasakan pada hari itu.
- Setelah selesai anak boleh memilih temannya yang lain untuk memperagakan emosi yang ada di *rotation emotion*.
- Setelah semua anak mendapatkan giliran untuk memperagakan emosi yang ada di *rotation emotion*. Selanjutnya terapis membagikan kertas emosiku, kepada seluruh anak. Partisipan diminta untuk mengisi hal apa saja yang membuat seluruh

anak menjadi marah, senang, dan menangis serta bebas menempelkan gambar *emoticon* emosi yang disediakan.

- Terapis meminta salah satu diantara anak yang mau untuk maju mempresentasikan hasil pikiran dan perasaannya kepada anak-anak yang lain.
- Terapis memberikan pujian.

c. Penutup

- Terapis memberikan *feedback* kepada seluruh anggota kelompok.
- Terapis mengingatkan kembali agar seluruh anak tetap mengisi buku hariannya.
- Terapis mengatur jadwal pertemuan selanjutnya.
- Terapis mengakhiri kegiatan kelompok dengan membagikan *snack* dan mengucapkan salam.

Uraian kegiatan:

- Terapis memperkenalkan *rotation emotion* kepada anak-anak.
- Terapis menjelaskan cara permainan.
- Terapis melemparkan bola kepada anak, anak yang mendapatkan bola diminta untuk memulai permainan.
- Selanjutnya anak memperagakan emosi yang mereka rasakan sesuai *rotation emotion*.
- Anak yang sudah selesai memperagakan berhak untuk memilih teman yang lain untuk maju kedepan.
- Terapis memberikan pujian kepada anak.
- Setelah selesai terapis membagikan kertas yang dinamakan “emosiku” , dimana kertas ini berisi berbagai macam jenis emosi-emosi yang biasa dirasakan oleh masing-masing individu. Selanjutnya disamping gambar *emosi* tersebut terdapat kolom, dimana anak diminta untuk menuliskan hal yang mengakibatkan mereka meluapkan emosi tersebut.
- Terapis meminta salah satu anak untuk berani maju mempresentasikan isi pikiran dan perasaannya yang sudah dituliskan dalam kertas “emosiku”.
- Terapis memberikan *feedback*.
- Terapis mengakhiri pertemuan

A magic tree

A magic tree merupakan modifikasi permainan yang diambil dari menggambar. Hagood, Landreth, Oster & Gould menyatakan bahwa gambar dapat membuat individu lebih dapat mengekspresikan pengalamannya dengan cara yang aman. Gambar menjadi media yang penting dalam meningkatkan pertukaran verbal antara subjek dan terapis dan dalam memperoleh pemahaman, penyelesaian masalah, menghasilkan persepsi baru, sehingga mengalami perubahan positif.

Fase : Sesi V

Waktu : 60 Menit

Alat dan Bahan : Kertas gambar yang sudah disediakan gambar pohon, alat tulis, gunting kertas, lem, pensil warna, *sticky notes*.

Tujuan :

1. Mendorong anak untuk mengenali kondisi dirinya sendiri, dengan menuliskan sifat-sifat negatif dan harapan sifat-sifat yang ingin dirubah.
2. Meningkatkan pandangan positif terhadap diri sendiri.

Langkah kegiatan :

- a. Pembukaan
 - Terapis menanyakan kabar partisipan.
 - Terapis menanyakan perkembangan buku harian.
 - Terapis memperkenalkan permainan baru kepada partisipan.
 - Terapis memberikan contoh memainkan permainan.
- b. Isi kegiatan
 - Terapis membagikan kertas yang sudah berisi gambar pohon.
 - Terapis menyediakan alat tulis, *sticky notes*, dan lem.
 - Terapis meminta partisipan untuk menuliskan sifat-sifat negatif dalam dirinya, dan menempelkan tulisan tersebut pada bagian mahkota yang menjadikan daun pohon tersebut. selanjutnya terapis meminta partisipan untuk menuliskan harapan yang ingin dirubah dari sifat negatif tersebut, dan meminta untuk partisipan kembali menempelkan tulisan tersebut bebas di bagian pohon, boleh dijadikan rumput atau awan.

- Terapis mempersilahkan salah satu anak untuk mempresentasikan hasil karyanya di depan teman-temannya.
- Terapis memberikan pujian dan motivasi kepada partisipan.

c. Penutup

- Terapis memberikan *feedback* dari permainan yang telah dilakukan.
- Terapis mengakhiri kegiatan dan mengucapkan salam serta membagikan *snack* kepada seluruh partisipan.

Uraian kegiatan :

- Terapis memperkenalkan permainan baru kepada partisipan.
- Terapis menyediakan alat tulis, *sticky notes*, dan lem.
- Terapis meminta partisipan untuk menuliskan sifat-sifat negatif dalam dirinya, dan menempelkan tulisan tersebut pada bagian mahkota yang menjadikan daun pohon tersebut. selanjutnya terapis meminta partisipan untuk menuliskan harapan yang ingin dirubah dari sifat negatif tersebut, dan meminta untuk partisipan kembali menempelkan tulisan tersebut bebas di bagian pohon, boleh dijadikan rumput atau awan.
- Terapis mempersilahkan salah satu anak untuk mempresentasikan hasil karyanya di depan teman-temannya.
- Terapis memberikan pujian dan motivasi kepada partisipan.
- Terapis memberikan *feedback* dari permainan yang telah dilakukan.

Block Play

Block Play merupakan modifikasi permainan yang diambil dari bermain peran. Bermain pura-pura membuat subjek dapat untuk dapat melakukan proyeksi keadaan mentalnya ke situasi sekarang dalam bentuk permainan. Situasi dalam bermain pura-pura membuat subjek dapat memikirkan dan mengekspresikan perasaan yang dimiliki.

Fase : Sesi VI

Waktu : 45 Menit

Alat dan Bahan : Balok-balok dan bola

Tujuan

1. Membantu anak untuk mengelola emosi dengan baik.
2. Membantu anak untuk saling memberikan bekerjasama dalam kelompok.
3. Mengajarkan anak untuk selalu kuat menghadapi permasalahan.
4. Mengajarkan *problem solving*.

Langkah kegiatan :

a. Pembukaan

- Terapis menanyakan kondisi partisipan.
- Terapis menanyakan perkembangan buku harian.
- Terapis memperkenalkan permainan baru.
- Terapis meminta subjek untuk di bagi menjadi 2 kelompok, dan subjek bebas memilih anggota kelompoknya masing-masing yang terdiri dari 5 orang anak disetiap kelompoknya.

b. Isi kegiatan

- Terapis memberikan kesempatan untuk anak menunjuk ketua kelompoknya dan meminta ketua kelompok untuk melakukan hompimpa, agar menentukan kelompok mana yang pertama kali memainkan permainan.
- Selanjutnya kelompok yang kalah yang akan menyusun balok-balok tersebut, dan kelompok yang menang berhak untuk melemparkan bola untuk menjatuhkan balok yang telah di buat dari kelompok sebelumnya.
- Anggota kelompok yang membangun balok boleh berusaha mempertahankan baloknya.

c. Penutup

- Terapis memberikan *feedback* dari permainan.
- Terapis mengatur jadwal untuk kembali bertemu dengan partisipan.
- Terapis mengakhiri kegiatan dengan membagikan *snack* dan mengucapkan salam.

Uraian Kegiatan :

- Terapis memperkenalkan permainan baru.
- Terapis meminta subjek untuk di bagi menjadi 2 kelompok, dan subjek bebas memilih anggota kelompoknya masing-masing yang terdiri dari 5 orang anak disetiap kelompoknya.
- Terapis memberikan kesempatan untuk anak menunjuk ketua kelompoknya dan meminta ketua kelompok untuk melakukan hompimpa, agar menentukan kelompok mana yang pertama kali memainkan permainan.
- Anggota kelompok yang membangun balok menjadi rumah atau istana dan mempertahankannya ketika diserang oleh temannya.
- Terapis memberikan *feedback* dari permainan.

Termination

Sesi ini merupakan sesi terakhir dari pertemuan kegiatan intervensi yang telah dilakukan. Terapis menjelaskan rangkain kegiatan yang sudah dilakukan, serta menanyakan dampak perubahan yang dirasakan setelah menjalani terapi bermain.

Fase : Sesi VII

Waktu : 60 Menit

Alat dan Bahan : Skala *Self esteem*, Skala korban *bullying*, *Stickers*, dan alat tulis

Tujuan

1. Mengakhiri sesi terapi
2. Seluruh partisipan mampu mengaplikasikan hasil terapi tidak hanya didalam ruangan bermain namun juga diluar ruangan seperti lingkungan mereka.
3. Memberikan *posttest* skala *self esteem*, dan skala korban *bullying*.

Kegiatan :

- a. Terapis memberikan *posttest* kepada partisipan.
- b. Terapis menjelaskan rangkaian kegiatan yang telah dilakukan dari pertama kali pertemuan hingga akhir.
- c. Terapis menanyakan perasaan dan dampak apa saja yang sudah mereka rasakan setelah dilakukannya terapi bermain.
- d. Terapis memberikan dukungan secara penuh kepada anak.
- e. Terapis memberikan kenang-kengangan kepada partisipan, dan melakukan foto bersama.

Penutup :

Terapis mengakhiri sesi terapi, mengucapkan terimakasih kepada seluruh partisipan



DAFTAR PUSTAKA

- Baggerly, J. N., Ray, D. C., & Bratton, S. C. (2010). *Child- centered play therapy*. New Jersey: John Wiley & Sony, Inc.
- Closson, L. M., & Watanabe, L. (2018). Popularity in the peer group and victimization within friendship cliques during early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 38(3), 327–351. <https://doi.org/10.1177/0272431616670753>
- Dergisi, A. P., & Hesap, S. T. (2018). Bullying in schools and its relation with depressive symptoms , self-esteem , and suicidal ideation in adolescents Bullying in schools and its relation with depressive symptoms , self-esteem , and suicidal ideation in adolescents, (December 2017). <https://doi.org/10.5455/apd.268900>
- Garry L.Landreth. (2012). *Play therapy the art of the relationship*. (L. Garry L, Ed.) (Third Edit). New York, London: Routledge.
- Leff, S. S., & Waasdorp, T. E. (2013). The effect of aggression and bullying on children and adolescents : implications for prevention and intervention. *Curr Psychiatry Report*, 15(3), 1–10. <https://doi.org/10.1007/s11920-012-0343-2>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: Two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, 2(6), 524–531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Genta, M. L., Brighi, A., Guarini, A., ... Tippet, N. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a european cross-national study. *Aggressive Behavior*, 38(5), 342–356. <https://doi.org/10.1002/ab.21440>
- Pavlich, C. A., Rains, S. A., & Segrin, C. (2017). The nonverbal bully: effects of shouting and conversational distance on bystanders' perceptions. *Communication Reports*, 30(3), 129–141. <https://doi.org/10.1080/08934215.2017.1315439>
- Russ, J. D. H. & S. W. (2016). Fostering-pretend-play-skills-and-creativity-in-elementary-school-girls-a-group-play-intervention. *Psychology of Aesthetic, Creativity, and Arts*, 10(1), 114–125.
- Saarento, S., & Salmivalli, C. (2015). The role of classroom peer ecology and bystanders' responses in bullying. *Child Development Perspectives*, 9(4), 201–205. <https://doi.org/10.1111/cdep.12140>
- Schwartz, D., Gorman, A. H., Nakamoto, J., & Toblin, R. L. (2016). Victimization in the Peer Group and Children ' s Academic Functioning Victimization in the Peer Group and Children ' s Academic Functioning, (August 2005). <https://doi.org/10.1037/0022-0663.97.3.425>
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2017). Perceived reasons for the negative impact

- of cyberbullying and traditional bullying. *European Journal of Developmental Psychology*, 14(3), 295–310. <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1200461>
- Sohrabi, N. (2014). Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children, 113, 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.016>
- Sywulak, R. V. A. E., & Sniscak, C. C. (2010). *Child-centered play therapy*. New York, London: A Division of Guilford Publications, Inc.
- Wylie, B. (2007). Self and social function : Art therapy. *Journal of Brand Management*, 14(4), 324–334. <https://doi.org/10.1057/palgrave.bm.2550076>



LEMBAR OBSERVASI *SELF ESTEEM*

Nama :

Umur :

Kelas :

Aspek	Indikator Perilaku	0-4	Keterangan
<i>Self Confidence</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Mampu menyelesaikan tugas dengan baik.2. Belajar untuk bertanggung jawab dengan apa yang dilakukan.3. Kemampuan menyelesaikan permasalahan.4. Percaya diri.5. Mampu menyampaikan pendapatnya.6. Memandang positif dirinya.7. Mengetahui kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri.		
<i>Self Respect</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Mampu bekerjasama saat bermain.2. Perduli dengan teman/ menolong teman yang lain.3. Menghargai pendapat orang lain.4. Mampu mengendalikan emosi, dan tingkah laku.5. Mampu mengenali emosi yang dimiliki.		

Keterangan :

1= Sangat Tidak Nampak

2= Tidak Nampak


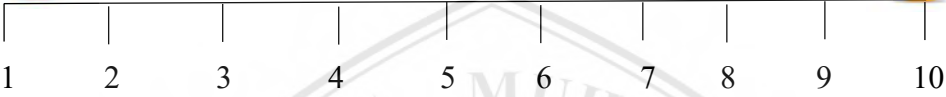

3= Nampak

4= Sering Nampak

5= Sangat Sering Nampak

Kesimpulan :

LEMBAR PENILAIAN

Nama :	Usia :
<ol style="list-style-type: none">1. Apa yang anda rasakan setelah mengikuti beberapa kali kegiatan ini ?2. Sebutkan sesi/permainan yang anda sukai ?3. Jelaskan mafaat apa saja yang anda dapatkan setelah mengikuti rangkaian kegiatan ?4. Berikan penilaian pada keseluruhan kegiatan, dengan melingkari angka 1-10	
<div></div>	



GUIDE WAWANCARA *BULLYING*

Topik wawancara

Mengetahui riwayat perjanan kasus

Tujuan wawancara

Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui dinamika munculnya masalah psikologis yang dialami subjek.

Tempat

Sekolah Dasar X

Subjek wawancara

Nama :

Jenis kelamin :

Jabatan :

Permasalahan	Pertanyaan
Pembukaan	1. Salam 2. Perkenalan
<i>Bullying</i> Verbal	1. Apa yang adik ketahui tentang <i>bullying</i> ? 2. Pernahkah adik menjadi korban <i>bullying</i> ?
<i>Bullying</i> Fisik	3. Bentuk <i>bullying</i> seperti apa yang pernah adik dapatkan ?
<i>Psikologis</i>	4. Siapa yang melakukan tindakan <i>bullying</i> tersebut (teman kelas atau kakak kelas) ? 5. Berapa lama adik merasakan hal tersebut ? 6. Bagaimana perasaan adik, ketika mendapatkan perlakuan demikian ? 7. Apa yang adik lakukan ketika mendapatkan perlakuan yang serupa ? 8. Upaya apa saja yang adik lakukan untuk mengatasi masalah tersbut ? 9. Apakah adik merasa terganggu dan takut ?
Penutup	1. Terimakasih banyak atas waktunya 2. Salam

Play Therapy Skills Checklist, Center for Play Therapy(Ray, 2004)

Terapis:

Usia :

Tanggal :

Observer :

Respon terapis	Sangat sering	Sering	Kurang	Sangat kurang	Keterangan
Terapis Non-Verbal Komunikasi : Bersandar ke Depan /Terbuka					
Tertarik					
Santai Nyaman					
Nada / Ekspresi					
Perilaku Aktif					
Mencerminkan Konten					
Mencerminkan Perasaan					
Memfasilitasi Keputusan					
Pembuatan / Tanggung Jawab					
Memfasilitasi					
Kreativitas / Spontanitas					
Mendorong percaya diri					
Memfasilitasi Hubungan					
Memberikan Pemahaman					
Ringkas/ Interaktif					
Memberi Tanggapan					

SURAT PERNYATAAN
(*INFORMED CONSENT*)

Sehubungan dengan penelitian tugas akhir, melalui surat ini peneliti atas nama Hani Khairunnisa, S.Psi mahasiswi Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2017 sebagai peneliti memohon ijin untuk melakukan pemberian terapi kepada yang bersangkutan :

Nama klien :
Jenis kelamin :
Tanggal lahir / umur :
Alamat :

Menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk berpartisipasi dan mengikuti seluruh proses kegiatan yang diberikan. Dalam kegiatan ini, saya menyadari, memahami dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif dalam kegiatan yang berlangsung
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejukur-jujurnya berkaitan masalah yang saya hadapi sehingga mendapatkan bantuan untuk memberikan beberapa alternative dalam penyelesaiannya.
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIKAN** dan tidak disampaikan secara terbuka kepada umum namun dipergunakan hanya untuk kegiatan akademik.
4. Demi kelancaran selama proses kegiatan, segala hal yang berkaitan dengan masalah waktu dan tempat akan disepakati bersama.

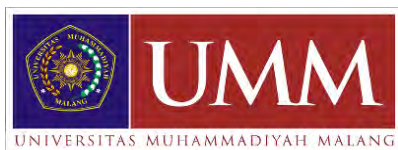
Dalam menandatangani lembar ini, **TIDAK ADA PAKSAAN** terhadap saya dari pihak manapun sehingga saya setuju dan bersedia mengikuti semua proses kegiatan yang akan diberikan dari awal hingga selesai serta menerima segala hal yang berkaitan dengan pelaksanaan kegiatan tersebut.

Mengetahui,
Praktikan Psikologi
bersangkutan

Malang, 2019

Wali/ Orangtua yang

Hani Khairunnisa, S.Psi



Kode skala
Pre-test/post-test
No.....

Assalamualaikum Wr.Wb

Saya Hani Khairunnisa, S.Psi mahasiswi fakultas Megister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang. Dalam hal ini sedang mengadakan penelitian untuk menyelesaikan tesis saya. Saya meminta bantuan kepada adik-adik agar bersedia menjawab beberapa pertanyaan dibawah ini.

Atas bantuan, kesediaan waktu, dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Isilah identitas Anda di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ada sejumlah pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Adik-adik diminta untuk memilih salah satu pilihan yang tersedia disebelah kanan pernyataan berdasarkan keadaan diri adik-adik yang sesungguhnya. Berilah tanda conteng (√) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan diri adek-adek. Terdapat 4 pilihan jawaban, dan adik-adik hanya perlu memilih satu jawaban disetiap pernyataan yang ada di bawah ini:

0= Sangat tidak setuju 1= Tidak Setuju

2= Setuju 3= Sangat Setuju

No	Pernyataan	Jawaban			
1	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain.	0	1	2	3
2	Saya rasa banyak hal yang baik dalam diri saya.	0	1	2	3
3	Saya adalah orang yang gagal.	0	1	2	3

4	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dilakukan orang lain.	0	1	2	3
5	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.	0	1	2	3
6	Saya bersikap baik pada diri sendiri	0	1	2	3
7	Saya puas dengan diri saya.	0	1	2	3
8	Saya berharap lebih bisa menghargai diri sendiri.	0	1	2	3
9	Kadang-kadang saya merasa tidak berguna.	0	1	2	3
10	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.	0	1	2	3

-----TERIMAKASIH-----

Skoring skala *self esteem* dihitung sebagai berikut:

Item 1, 2, 4, 6, dan 7 (*Favorable*)

Sangat setuju = 3, Setuju = 2, Tidak setuju = 1, Sangat tidak setuju = 0

Item 3, 5, 8, 9, dan 10 (*Unfavorable*)

Sangat setuju = 0, Setuju = 1, Tidak setuju = 2, Sangat tidak setuju = 3

Kategori dari skala *self esteem* :

- Skor antara 15-25 dianggap rata-rata
- Skor <15 berada pada kategori rendah

Isilah identitas Anda di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan, jawablah dengan jujur dan berilah tanda conteng (✓) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan kondisi yang pernah adik-adik alami selama 1 tahun terakhir.

No	Pernyataan	Tidak sama sekali	Sekali	Lebih dari sekali
1.	Memanggil-manggil nama saya			
2.	Mencoba membuat saya bermasalah dengan teman yang lain.			
3.	Mengambil sesuatu milik saya tanpa izin.			
4.	Mengolok-olok penampilan saya.			
5.	Mengejek (mentertawakan) saya karena suatu alasan.			
6.	Memukul saya.			
7.	Menendang saya.			
8.	Melukai saya secara fisik.			
9.	Mengalahkan saya.			
10.	Mencoba merusak suatu barang milik saya.			
11.	Mencoba membuat teman-teman saya untuk memusuhi saya.			
12.	Mencuri sesuatu dari saya.			
13.	Menolak berbicara dengan saya.			
14.	Membuat orang lain untuk tidak berbicara dengan saya			
15.	Merusak barang saya dengan sengaja.			
16.	Mencaci maki saya.			

-----TERIMAKASIH-----

Petunjuk Penilaian

Nilai poin ditetapkan sebagai berikut:

Tidak sama sekali = 0, Sekali = 1, Lebih dari sekali = 2

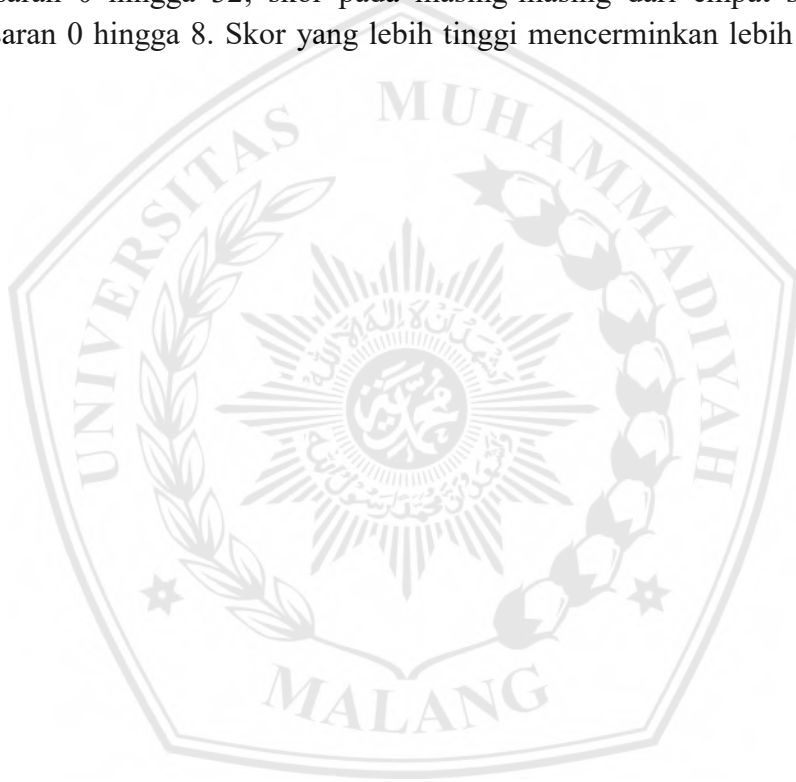
Skala korban fisik: Item 6, 7, 8, dan 9

Skala viktimisasi verbal: Butir 1, 4, 5, dan 16

Skala manipulasi sosial: Item 2, 11, 13, dan 14

Serangan pada skala properti: Item 3, 10, 12, 15

Skor skala dihitung dengan menjumlahkan respons item. Skor pada skala total memiliki kisaran 0 hingga 32; skor pada masing-masing dari empat subskala memiliki kisaran 0 hingga 8. Skor yang lebih tinggi mencerminkan lebih banyak viktimisasi.



JADWAL KEGIATAN INTERVENSI

Kelompok Eksperimen

Hari, Tanggal	Kegiatan	Lokasi
Senin 21 Oktober 2019	<i>Pretest</i> , anamnesa & observasi	Sekolah Dasar SS
	<i>Child centered play therapy</i>	
	<i>Feedback</i>	
Rabu 23 Oktober 2019	observasi	Sekolah Dasar SS
	<i>Child centered play therapy</i>	
	<i>Feedback</i>	
Jum'at 25 Oktober 2019	Observasi	Sekolah Dasar SS
	<i>Child centered play therapy</i>	
	<i>Feedback</i>	
Sabtu 26 Oktober 2019	Observasi	Sekolah Dasar SS
	<i>Child centered play therapy</i>	
	<i>Feedback</i>	
Senin 2 November 2019	<i>Posttest</i>	Sekolah Dasar SS
	<i>Follow up</i>	

Kelompok Kontrol

Subjek	Hari, tanggal	Kegiatan	Lokasi
Subjek I	7 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek II	7 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	

Subjek III	7 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek IV	7 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek V	7 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek VI	Rabu 9 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek VII	Rabu 9 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek VIII	Rabu 9 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek IX	Rabu 9 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	
Subjek X	Rabu 9 Oktober 2019	<i>Pretest</i>	Sekolah Dasar SS
		Anamnesa & Observasi	
		<i>Posttest</i>	

HASIL INTERVENSI

Tabel Identitas Subjek Penelitian

Kelompok Eksperimen	Nama	Usia	Jenis Kelamin
Subjek 1	AM	9 tahun	Perempuan
Subjek 2	PT	10 tahun	Perempuan
Subjek 3	DJ	9 tahun	Perempuan
Subjek 4	PU	9 tahun	Laki-laki
Subjek 5	TD	10 tahun	Perempuan
Subjek 6	RF	10 tahun	Laki-laki
Subjek 7	DA	10 tahun	Perempuan
Subjek 8	BO	11 tahun	Laki-laki
Subjek 9	TP	11 tahun	Perempuan
Subjek 10	TR	9 tahun	Perempuan
Kelompok Kontrol	Nama	Usia	Jenis Kelamin
Subjek 1	TN	9 tahun	Perempuan
Subjek 2	ER	11 tahun	Laki-laki
Subjek 3	MR	11 tahun	Laki-laki
Subjek 4	AD	10 tahun	Perempuan
Subjek 5	EN	11 tahun	Laki-laki
Subjek 6	KS	10 tahun	Perempuan
Subjek 7	AM	9 tahun	Perempuan
Subjek 8	DM	10 tahun	Perempuan
Subjek 9	SF	9 tahun	Perempuan
Subjek 10	AJ	9 tahun	Perempuan

Hasil Asesmen

Pada laporan kasus kelompok ini berjumlah 20 orang, yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu eksperimen dan kontrol. Seluruh subjek merupakan siswa sekolah dasar yang saat ini sedang duduk dibangku sekolah dasar dan berusia antara 9-12 tahun. Guru sekolah dasar mengeluhkan bahwa anak didiknya sering terlibat permasalahan dengan temannya, lebih lanjut hal ini menyebabkan anak tersebut menjadi pendiam, jarang bergaul dan kurang percaya diri.

Terapis kemudian melakukan asesmen lebih lanjut dengan menyebarkan skala *self esteem* dan korban *bullying*. Hasil asesmen awal yang telah dilakukan 20

orang subjek diketahui memiliki *self esteem* yang rendah, dan menjadi korban *bullying*. Setelah mengetahui masalah yang dialami oleh subjek, terapis selanjutnya menggali data dengan melakukan wawancara mendalam (*depth interview*). Subjek memiliki permasalahan yang sama yaitu ketika berada dilingkungan sekolah subjek mendapatkan perlakuan yang berbeda oleh teman-temannya.

Teman-teman subjek sering kali mengejek, memukul, menendang atau merusak barang miliknya bahkan ada beberapa diantaranya yang menghindar tidak mau bergaul dengan subjek. Perlakuan negatif yang didapatkan tersebut membuat subjek sering merasa sedih, marah, malu dan memilih untuk tidak ikut bergaul dengan teman yang lainnya.

Perasaan-perasaan negatif yang mereka rasakan tidak pernah mereka ungkapkan kepada orang lain dan mereka memilih untuk memendamnya. Strategi *coping* yang dipilih oleh subjek tidak dapat membuat subjek menyelesaikan masalah. Sebagian subjek ada yang sempat menceritakan perlakuan temannya tersebut ke guru atau orang tua, akan tetapi subjek merasa tidak ada tindakan atau tanggapan yang bisa mengurangi perilaku *bully* dari temannya tersebut. Akhirnya subjek memilih untuk tidak menceritakannya dengan orang lain, dan lebih memilih memendam permasalahannya seorang diri.

Hasil Intervensi

Subjek 1

Subjek adalah seorang perempuan yang berinisial AM dan saat ini berusia 9 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. subjek merasa sering tidak diajak main oleh temannya.

Subjek seketika menunduk sambil menceritakan permasalahan yang dialaminya. Subjek merasa dirinya sendiri dan tidak memiliki teman. Subjek sebelumnya tidak pernah menceritakan apa yang dirasakan hal ini dikarenakan subjek takut guru atau orang tuanya nanti memarahinya. Saat ditanya terkait perasaannya ketika teman-temannya mencoba menjauhinya, subjek langsung

terdiam dan terlihat matanya mulai mengeluarkan air mata. Subjek menyampaikan bahwa ia sangat sedih, dan kesal atas perlakuan temannya tersebut.

Subjek juga dikenal sebagai orang yang pendiam saat dikelas, subjek termasuk orang yang pemalu ketika diminta untuk menyampaikan pendapatnya. Hal ini disampaikan oleh guru wali kelasnya. Subjek memiliki potensi yang bagus dan termasuk anak yang cepat tanggap ketika diminta untuk mengerjakan soal latihan. Saat terapis mencoba menggali semua permasalahannya tersebut, ternyata subjek merasa kurang percaya diri karena takut ditertawakan oleh teman yang lain.

Pada sesi 2 subjek diminta untuk menggambar secara bebas terkait apa yang dirasakan selama ini. Subjek menggambar tulisan grafiti yang menuliskan bahwa subjek pernah merasa tidak memiliki teman. Setelah selesai menggambar subjek menceritakan isi dari gambaran tersebut dan subjek mulai terlihat sedih, dan terapis mengajak subjek untuk merefleksikan perasaan apa yang dirasakan saat itu. Saat subjek mengungkapkan perasaan negatifnya, subjek mengaku lebih lega dari sebelumnya.

Pada sesi 3 intervensi, subjek mulai menggunakan permainanyang bernama *puppet play*, permainan ini merupakan salah satu teknik bermain peran yang dimodifikais dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Subjek memilih karakter menjadi seorang guru, dimana tema dari permainan tersebut disepakati secara bersama yaitu tentang anak yang menjadi korban *bully* dari teman sekolahnya. Diawal permaian subjek terlihat malu-malu untuk mengekspresikan pikirannya. Setelah beberapa lama permainan ini berlangsung subjek mulai aktif dan mulai berani untuk memerankan peran yang dipilih.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Pada saat subjek menuliskan hal apa saja yang membuat subjek merasakan emosi seperti; marah, senang, sedih, takut, dan malu subjek mampu menuliskan dan mempresentasikannya di hadapan teman-temannya, walaupun diawal terlihat malu-malu.

Sesi 5 intervensi, pada sesi ini dilakukan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek, dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Pada sesi ini subjek terlihat menggambarkan bunga-bunga serta hiasan lainnya yang di dalamnya bertuliskan semua harapan atau keinginan subjek. Subjek memiliki cita-cita menjadi seorang guru, dan harapan subjek kedepan ingin menjadi anak yang tidak pemalu, memiliki banyak teman dan tidak ingin dijauhi oleh temannya.

Sesi 6 intervensi, pada sesi ini terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari sesi ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah selesai bermain subjek merasa senang dan lega ketika membangun benteng tersebut subjek meyakini bahwa ia adalah orang yang kuat dan mampu menghadapi masalah terutama ketika teman-temannya menjauhinya.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Subjek merasa bahwa setelah menjalani sesi intervensi perasaannya menjadi lega dan subjek bisa merefleksikan emosinya dengan permainan yang telah disediakan terapis.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> - Subjek tidak mampu mengekspresikan emosi. - Subjek termasuk anak yang pemalu atau kurang percaya diri. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mampu mengekspresikan emosi yang dirasakan. - Subjek mulai berani tampil dan mulai percaya diri.

- Subjek tidak mengetahui nilai positif yang ada dalam dirinya.	- Subjek mulai memandang positif dirinya, dan memiliki keinginan untuk menjadi seorang guru dikemudian hari. Selain itu subjek juga memiliki keinginan untuk bisa berteman dan tidak menghindar dari teman yang lain.
---	---

Subjek 2

Subjek adalah seorang perempuan yang berinisial PT dan saat ini berusia 10 tahun. Subjek terlihat cukup kooperatif saat mengikuti kegiatan intervensi, sehingga proses intervensi berjalan sesuai harapan. Pada sesi pertama proses intervensi subjek menceritakan bahwa ia cukup sering mendapatkan perlakuan tidak baik dari teman-temannya. Subjek menyebutkan bahwa teman-temannya sering mengolok-ngolok nama dan penampilannya. Menurut keterangan dari guru subjek termasuk anak yang pendiam, dan jarang bergaul dengan teman yang lain. Subjek juga termasuk anak yang cukup pemalu, dan ketika diminta untuk tampil di depan teman-teman subjek terlihat menunduk. Guru subjek juga mengatakan beberapa kali melihat teman-temannya meledek subjek. akan tetapi jika guru yang melihat murid-murid yang meledek langsung di tegur.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta untuk terapis menggambar bebas terkait dengan perasaan yang selama ini dipendam. Subjek menggambar tulisan grafiti yang sedikit diberi hiasan bunga. Pada gambaran tersebut subjek menuliskan “Aku pernah merasa tidak memiliki teman”. Setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menceritakan isi dari gambaran tersebut. subjek yang awalnya malu dan terlihat ragu untuk bercerita, terapis memberikan motivasi agar subjek menceritakan isi gambaran tersebut di hadapan teman-temannya. Subjek mulai berani menceritakan isi dari gambarnya, dan teman-teman subjek yang lain juga turut memberikan *feedback* , karena seluruh partisipan merasa bahwa dirinya juga pernah mengalami hal yang serupa.

Sesi 3 intervensi, Pada sesi 3 intervensi, subjek mulai menggunakan permainanyang bernama *puppet play*, permainan ini merupakan salah satu teknik bermain peran yang dimodifikais dengan menggunakan alat dan bahan yaitu

karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidende*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Pada saat permainan berlangsung subjek terlihat memainkan peran sebagai seorang murid yang biasanya menjadi korban *bullying* dari teman-temannya. Karakter yang dimainkan subjek kurang lebih sesuai dengan apa yang dirasakan selama ini. Semula waktu temannya mengganggu karakter yang dimainkan subjek terlihat takut, dan hanya diam saja. Setelah beberapa lama subjek mulai memberanikan diri untuk mengatakan bahwa perilaku yang dilakukan temannya itu salah. Subjek mencoba menegur temannya tersebut, dan mencoba melaporkan sikap temannya tersebut kepada guru.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, subjek belajar mengenali emosi-emosi yang ada. Subjek menuliskan emosi dan hal yang membuat subjek mengekspresikan emosi tersebut. Setelah subjek selesai menuliskan emosi yang dirasakan sesuai kejadian yang dialami, subjek membacakan hasilnya dihadapan teman-temannya, dan dilakukan diskusi terkait dengan hal yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi, dan subjek merasa lega karena bisa merefleksikan emosi tersebut.

Sesi 5 intervensi, pada sesi ini dilakukan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence* dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Pada sesi ini subjek menuliskan berbagai cita-cita atau impian yang akan dicapai kelak. Subjek mulai menggambar dan menuliskan harapan-harapan tersebut pada potongan gambar yang melengkapi

gambar pohon dan pemandangan sekitarnya. Subjek memiliki impian untuk menjadi perawat, guru atau *chef*. Selain itu subjek juga menuliskan perilaku-perilaku positif yang ingin dilakukan seperti; rajin belajar, ingin menjadi orang sukses, ingin menjadi orang yang penyabar, ingin memiliki teman yang banyak, dan tidak dijaui atau diejek lagi oleh teman yang lain.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah permainan selesai subjek merasa lega dan mulai memahami pertahanan diri yang harus terus dijaga agar tidak mudah *bully* oleh orang lain.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Subjek merasa bahwa setelah menjalani sesi intervensi perasaannya menjadi lega dan subjek bisa merefleksikan emosinya dengan baik, serta lebih bisa memahami sisi positif yang ada pada diri subjek.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> - Subjek tidak mampu mengekspresikan emosi yang ada - Subjek merasa kurang dihargai, dan merasa dirinya kurang memiliki potensi. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mulai mampu mengekspresikan emosi dengan baik. - Subjek mulai memahami potensi yang ada dalam dirinya.

Subjek 3

Subjek adalah seorang anak perempuan yang berinisial DJ dan saat ini subjek berusia 9 tahun. Subjek terlihat cukup kooperatif dalam mengikuti kegiatan intervensi, sehingga proses intervensi ini berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi pertama proses intervensi subjek bercerita mengenai permasalahan yang dialami

selama ini terkait dengan hubungannya dengan teman-teman disekolah. Subjek mengatakan bahwa teman-teman di sekolah sering kali melakukan tindakan *bullying* terhadapnya.

Tindakan *bullying* yang didapatkan seperti ejekan dari teman dekatnya di sekolah. Subjek sering mendapatkan ejekan terkait orang tuanya, teman-teman subjek sering sekali menyebut-nyebut nama orang tuanya ketika subjek berada di sekolah. Subjek yang berlatar belakang dari keluarga *broken home* ini sangat merasa sedih dan kesal atas perbuatan teman-temannya tersebut, tidak jarang subjek menangis dan memilih untuk tidak ikut bermain dengan teman-teman yang lain. Selama ini subjek sudah mulai mencoba menceritakan kejadian yang dialaminya kepada guru, akan tetapi subjek mengatakan bahwa guru tidak terlalu memberikan respon, sehingga anak yang menggangukannya tersebut tetap saja mengejeknya dan sekarang subjek hanya memilih diam dan memendam emosinya sendiri.

Sesi 2 subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Selesai menggambar subjek memperlihatkan gambaranya yang berupa tulisan grafiti dan disertai dengan hiasan bunga dan hiasan lainnya. Subjek menggambarkan sesuai dengan isi perasaannya, dan subjek mengajukan diri untuk menyampaikan hasil gambarannya tersebut di depan terapis dan teman-temannya. Subjek menjelaskan tulisan grafiti tersebut bagian bentuk dari kekesalannya terhadap perlakuan teman-teman kepadanya. Tulisan itu bertuliskan bahwa “saya tidak suka jika orang tua saya sering diolok-olok”. Terapis mengkonfirmasi kembali orang yang mengolok-olok orangtua dari subjek, dan subjek menjawab jika temannya sering kali mengolok-olok dengan memanggil-manggil nama orang tuanya.

Sesi 3 intervensi, terapis memperkenalkan permainan baru bernama *puppet play*, permainan ini merupakan salah satu teknik bermain peran yang dimodifikais dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Permainan dimulai dengan

penentuan tema yang dipilih dari kesepakatan kelompok. Subjek terlihat cukup antusias dalam mengikuti permainan *puppert play* ini. Subjek mengambil peran sebagai seorang murid yang diejek oleh teman yang lain. Subjek mengambil langkah untuk menegur dan menasehati temannya untuk tidak berkata kasar serta mengolok-ngoloknya lagi akan tetapi temannya tetap saja tidak menghiraukan, dan akhirnya subjek memilih untuk mengadakan perlakuan teman-temannya tersebut kepada gurunya disekolah.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. . Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut.

Sesi 5 intervensi, pada sesi ini dilakukan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence* dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Pada sesi ini subjek menuliskan berbagai cita-cita atau impian yang akan dicapai kelak. Subjek mulai menggambar dan menuliskan harapan-harapan tersebut pada potongan gambar yang melengkapi gambar pohon dan pemandangan seperti matahari, awan dan rumput-rumput. Subjek menuliskan sikap positif yang ada dalam dirinya, dan menuliskan keinginannya sekarang dan masa depan. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang perawat, *chef*, atau seorang guru . Sedangkan keinginan subjek untuk saat ini adalah tidak ingin diejek lagi oleh temannya.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau

menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah permainan selesai subjek mulai memahami pertahanan diri yang harus terus dijaga agar tidak mudah *bully* oleh orang lain.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Subjek merasa bahwa setelah menjalani sesi intervensi perasaannya menjadi lega dan subjek bisa merefleksikan emosinya dengan baik, serta lebih bisa memahami sisi positif yang ada pada diri subjek.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> -Subjek terlihat malu-malu untuk menyemapaikan pendapat. -Subjek merasa dirinya berbeda karena sering di ejek oleh temannya. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mulai terlihat percaya diri. -Subjek mulai mengenal potensi yang dimilikinya, selain itu subjek mulai memahami bahwa dirinya sama dengan teman-teman yang lain.

Subjek 4

Subjek adalah seorang laki-laki yang berinisial PU dan saat ini berusia 9 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering kali di ejek oleh temannya, terutama dipanggil-panggil namanya dan dinyanyikan sebuah lagu kebangsaan. Tidak hanya itu subjek juga merasa dirinya tidak memiliki teman dekat, karena teman yang lain jarang mengajaknya untuk bermain bersama. Subjek sering terlihat bermain sendiri, dan terlihat sebagai anak yang cukup pendiam. Hal ini juga dibenarkan oleh guru wali kelas subjek, yang mengatakan bahwa subjek selain memiliki permasalahan di rumah ditambah lagi kondisi subjek disekolah yang sering di ejek sama temannya, membuat subjek sempat merasa malas untuk ke sekolah.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Selesai menggambar subjek memperlihatkan gambarnya dimana subjek menggambar seorang anak laki-laki yang sedang memegang bendera merah putih, dan dalam gambar tersebut subjek menceritakan bahwa anak laki-laki tersebut memiliki keinginan untuk merdeka. Setelah diwawancara lebih dalam subjek menyebutkan keinginannya untuk merdeka atau bebas dari perlakuan temannya tersebut. Selama ini subjek hanya diam dan tidak membalas hal yang dilakukan temannya terhadap dirinya.

Sesi 3 intervensi, subjek bermain dengan permainan baru yaitu *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Subjek cenderung bisa membawa diri dalam kelompok. Beberapa kali subjek mengajukan diri untuk memainkan karakter yang dibawahnya. Tema yang dipilih dalam kelompok adalah perilaku *bullying* disekolah. Subjek memainkan peran sebagai anak yang suka membully teman-temannya, disini subjek terlihat mengekspresikan segala emosi yang dirasakan ketika temannya melakukan *bully* verbal terhadapnya.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence*, dan indikator

perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang dokter. Selain itu harapan subjek ketika disekolah adalah memiliki banyak teman, tidak ingin menjadi anak yang pemalu dan pendiam.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah permainan selesai subjek mulai memahami pertahanan diri yang harus terus dijaga agar tidak mudah *bully* oleh orang lain. Subjek sangat menyukai permainan ini, hal ini dikarenakan subjek merasa dirinya perlu membentengi diri ketika ada teman yang *bully*, subjek belajar menjadi anak yang kuat dan sabar.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Permainan yang sangat disukai subjek saat intervensi dilakukan adalah *puppet play* dan *block play*. Subjek merasa bahwa setelah menjalani sesi intervensi perasaannya menjadi lega dan subjek bisa merefleksikan emosinya dengan baik, serta lebih bisa memahami sisi positif yang ada pada diri subjek.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> -Subjek termasuk anak yang pemalu dan jarang bermain dengan temannya. - Subjek awalnya belum mengenal potensi yang ada dalam dirinya. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mulai berani mengutarakan pendapatnya dihadapan teman-temannya. Pada saat permainan dilakukan secara berkelompok subjek terlihat cukup kooperatif dalam kelompoknya. - Subjek mulai mengetahui sifat positif yang ada dalam dirinya.

--	--

Subjek 5

Subjek adalah seorang perempuan yang berinisial TD dan saat ini berusia 10 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif, walaupun pertama kali pertemuan sampai beberapa sesi subjek terlihat m sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering kali di ejek oleh temannya, subjek juga merasa dirinya tidak memiliki teman dekat, karena teman yang lain jarang mengajaknya untuk bermain bersama. Subjek sering terlihat bermain sendiri, dan terlihat sebagai anak yang cukup pendiam.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Pada sesi ini subjek menggambarkan sebuah bangunan yang dideskripsikan oleh subjek sebagai sekolah. Setelah selesai menggambar subjek menceritakan hasil gambarannya tersebut dan mengatakan bahwa kalau subjek berada disekolah dirinya sering disuruh-suruh. Subjek pernah juga dipukul ketika dirinya tidak mau menuruti perintah teman yang menyuruhnya. Subjek juga mengatakan bahwa dirinya sering dicontek oleh temannya.

Sesi 3 intervensi, subjek *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada asepek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* disekolah, subjek yang terlihat cukup pendiam diawal permainan, dan ketika temannya mengajaknya untuk berinteraksi subjek mulai terlibat dalam kegiatan. Subjek mengatakan bahwa permainan ini bisa mewakili perasaannya ketika *dibully* oleh temannya.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengatakan bahwa permainan *rotation emotion* ini memberikan manfaat untuk dia bisa mengenal emosi-emosi yang ada.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidende*, dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang guru atau dosen. Selain itu subjek juga memiliki keinginan untuk punya banyak teman, dan menjadi anak yang tidak pemalu.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah permainan selesai subjek mulai memahami pertahanan diri yang harus terus dijaga agar tidak mudah *bully* oleh orang lain.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah bermain *puppet play*, *a magic tree*, dan *block play*. Alasannya karena subjek merasa permainan tersebut memberikan manfaat lebih bagi kehidupan sehari-harinya. Subjek mampu

mengekspresikan semua perasaan, subjek mampu mengenal potensi yang ada dalam dirinya.

Sebelum	Sesudah
-Subjek termasuk anak yang pemalu dan pendiam. -Subjek tidak berani mengekspresikan perasaan. -Subjek kurang menyadari potensi yang ada dalam dirinya.	-Subjek mulai berani mengekspresikan dirinya. -Subjek mulai berani tampil dihadapan teman-temannya. -Subjek mulai mengenali potensi yang ada dalam dirinya.

Subjek 6

Subjek adalah seorang laki-laki yang berinisial RF dan saat ini berusia 10 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering mendapatkan ejekan oleh temannya karena postur tubuh subjek yang terlihat berisi. Selain itu subjek juga mengatakan bahwa jika ia sering dipukul oleh temannya. Subjek merasa dirinya tidak berdaya dan tidak berani melaporkan kepada temannya. Subjek merasa kesal dan sedih terhadap perlakuan temannya.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Pada sesi ini subjek menggambarkan seorang anak laki-laki yang memiliki rambut dan berponi miring ke samping, subjek mendeskripsikan gambaran tersebut adalah seorang anak laki-laki yang malas sekolah karena sering diejek oleh teman. Setelah selesai menggambar subjek menceritakan bahwa anak yang digambar tersebut adalah dirinya sendiri, dimana subjek menceritakan jika dirinya diejek terus menerus dari dirinya berada di kelas 3 SD dan sekarang subjek berada di kelas 4 SD. Subjek mengatakan perilaku teman-temannya tersebut membuat subjek menjadi malas untuk pergi ke sekolah.

Sesi 3 subjek *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk

menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* di sekolah. Subjek mengambil peran sebagai anak laki-laki yang memiliki postur tubuh berisi, dan subjek memerankan perannya ketika temannya *membully* dirinya di sekolah. Di awal permainan subjek tidak melakukan perlawanan terhadap sikap temannya tersebut, setelah di pertengahan subjek mendapatkan pertolongan dari teman yang lain yang terlibat dalam permainan peran, selanjutnya subjek mulai berinisiatif melaporkan semua perbuatan temannya tersebut ke sekolah, sehingga subjek tidak merasa malas lagi untuk ke sekolah karena teman yang *membully*nya sudah mendapatkan teguran oleh pihak sekolah. Setelah selesai memainkan perannya subjek merasa lebih lega dan mulai menyadari bahwa ketika ia di *bully* oleh temannya maka seharusnya subjek melaporkan perilaku temannya tersebut kepada pihak sekolah.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan subjek menceritakan bahwa dirinya sering kali merasakan emosi marah dan sedih ketika teman-teman *membully* nya.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence* dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki cita-

cita menjadi seorang tentara. Subjek juga memiliki harapan untuk tidak menjadi orang yang kuat, subjek juga ingin menjadi orang yang tidak pemalu.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah permainan selesai subjek mulai memahami pertahanan diri yang harus terus dijaga agar tidak mudah *bully* oleh orang lain.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah bermain *free drawing*, *puppet play*, dan *block play*. Subjek mengatakan bahwa permainan yang diberikan saat proses intervensi menjadikan perasaannya menjadi lebih lega dan subjek sekarang mulai memahami potensi yang ada dalam dirinya.

Sebelum	Sesudah
-Subjek tidak berani untuk meluapkan perasaannya.	- Subjek berani mulai berani mengekspresikan perasaannya terkait perlakuan temannya terhadapnya.

Subjek 7

Subjek adalah seorang perempuan yang berisial DA dan saat ini berusia 10 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering kali diancam temannya ketika subjek tidak memberikan contekan kepada temannya. Subjek dikenal sebagai anak yang pemalu, dan

memiliki prestasi yang cukup baik disekolah. Subjek sering terlihat sendirian dan jarang bergaul dengan teman-temannya.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Pada sesi ini subjek menggambarkan dua orang karakter anak yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Gambar anak perempuan terlihat sedang menoleh kearah anak laki-laki dan tangannya sembari memberikan kertas yang berisi catatan kepada anak laki-laki tersebut. Subjek mendeskripsikan gambaran yang digambarnya merupakan kejadian yang dialami subjek beberapa hari terakhir, dimana subjek merasa bahwa temannya sering kali menconteknya, dan ketika tidak diberikan contekkan subjek biasanya diancam dan tidak di ajak untuk bermain. Subjek juga merasa dirinya sering *di bully* karena cara mengajinya cukup berbeda.

Sesi 3 subjek *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* disekolah. Subjek mengambil peran sebagai seorang guru yang menegur muridnya ketika sedang *membully* temannya. Selama ini subjek hanya diam ketika temannya *membully* dirinya, keinginan subjek untuk melaporkan perilaku temannya tersebut belum bisa dilakukan, karena subjek takut jika temannya mengetahui maka ia tidak akan diajak untuk bermain. Setelah permainan berakhir subjek mulai menyadari bahwa dirinya harus lebih kuat dan mengontrol perilakunya, terutama untuk berani menyampaikan perilaku temannya kepada pihak sekolah.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang

dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan subjek menceritakan bahwa dirinya sering kali merasakan emosi malu, kesal dan sedih ketika teman-teman membully nya.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence*. dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang guru, subjek juga berkeinginan untuk memiliki teman yang baik.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah selesai bermain subjek menceritakan perasaannya, subjek merasa permainan ini sangat seru dan membuat subjek menjadi lega dan mengerti kalau dirinya bisa menghadapi permasalahan yang ada.

Sesi terakhir, merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah bermain *free drawing*, *puppet play*, dan *block play*. Subjek mengatakan bahwa permainan yang diberikan

saat proses intervensi menjadikan perasaannya menjadi lebih lega dan subjek sekarang mulai memahami potensi yang ada dalam dirinya.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> - Subjek termasuk anak yang pemalu - Subjek belum mengetahui potensi dalam dirinya, sehingga merasa rendah diri dengan kemampuannya. 	<ul style="list-style-type: none"> -Subjek mulai berani mengutarakan pendapatnya dihadapan teman-temannya. - Subjek mulai mengenal potensi yang ada dalam dirinya.

Subjek 8

Subjek adalah seorang laki-laki yang berisial BO dan saat ini berusia 12 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering kali mendapat *bully* verbal dan *bully* fisik dari teman-temannya. Subjek menceritakan bahwa suatu hari subjek pernah di tendang oleh, dan subjek terjatuh di lapangan sekolah. Saat itu ada guru subjek yang melihat kejadian tersebut langsung menegur pelaku yang membully nya. Menurut informasi gurunya, subjek termasuk anak yang pendiam dan jarang bergaul dengan temannya.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Pada sesi ini subjek menggambarkan sebuah sekolah dan subjek memberikan deskripsi bahwa disekolah subjek sering mendapatkan *bully* dari temannya, kejadian subjek di pukul di bagian perut yang membuat subjek sampai menangis dan menjadikan subjek anak yang jarang ikut bergaul dengan temannya.

Sesi 3 intervensi, terapis memperkenalkan *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam

bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* disekolah. Subjek mengambil peran sebagai seorang guru laki-laki, dimana subjek memerankan dirinya yang menegur anak muridnya ketika ada anak murid yang *bully* temannya. Setelah selesai bermain subjek merasa dirinya sangat lega ketika ia bisa menegur anak yang *bully* temannya, karena selama ini subjek hanya diam dan tidak berani mengambil langkah untuk lebih bersikap asertif.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan subjek menceritakan bahwa dirinya sering kali merasakan emosi kesal dan sedih ketika teman-teman *bully* nya.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence*, dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang tentara. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi orang yang pemberani. Harapan subjek saat disekolah adalah memiliki banyak teman, dan bisa jadi orang yang sabar serta tidak malu lagi ketika diminta untuk menyampaikan pendapat.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk

memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah selesai bermain subjek menceritakan perasaannya, subjek merasa permainan ini sangat seru dan membuat subjek menjadi lega dan mengerti kalau dirinya bisa menghadapi permasalahan yang ada dan menjadi orang yang lebih berani lagi.

Sesi terakhir, merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah *puppet play*, *rotation emotion*, dan *block play*. Subjek memilih permainan tersebut dengan alasan subjek merasa bahwa permainan tersebut mewakili perasaannya. Subjek menjadi lega setelah bermain, dan subjek dapat meningkatkan empati kepada teman-temannya.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> -Subjek terlihat malu-malu - Subjek tidak mengetahui potensi yang ada dalam dirinya -Subjek memendam semua perasaannya ketika <i>dibully</i> oleh temannya 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mulai bisa bergaul dengan teman-teman dan menumbuhkan rasa empati. -Subjek mulai mengenal potensi yang ada dalam dirinya. - Subjek mulai memberanikan diri bersikap asertif untuk menyampaikan pendapatnya.

Subjek 9

Subjek adalah seorang perempuan yang berinisial TP dan saat ini berusia 12 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif, walaupun pertama kali pertemuan sampai beberapa sesi subjek terlihat malu akan tetapi pertengahan pertemuan subjek mulai berani menyampaikan pendapat, sehingga intervensi dapat berjalan sesuai dengan harapan. Pada sesi 1 intervensi, subjek menceritakan bahwa ia sering mendapatkan perlakuan yang tidak baik dari temannya. Subjek sering kali di ejek oleh temannya. Sehingga subjek lebih memilih menyendiri dan jarang ikut bergaul dengan orang lain.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Pada sesi ini subjek menggambarkan sebuah sekolah dan subjek memberikan deskripsi bahwa disekolah subjek sering mendapatkan *bully* dari temannya. Ketika subjek *dibully* oleh temannya subjek merasa malas untuk pergi kesekolah, sehingga subjek merasa berdampak pada nilai yang di dapatkan dan subjek merasa kurang puas dengan nilai tersebut.

Sesi 3 intervensi, terapis memperkenalkan *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* disekolah. Subjek mengambil peran sebagai seorang murid yang *dibully* oleh temannya. Diawal permainan subjek terlihat pasif dan kurang bisa membawa diri pada kelompoknya. Setelah permainan berlangsung subjek mulai berani mengungkapkan isi pikiran dan perasaannya.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan subjek menceritakan bahwa dirinya sering kali merasakan emosi kesal dan sedih ketika temen-teman *membully* nya.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence*, dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif

dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi seorang guru, harapan yang diinginkan subjek ketika disekolah adalah memiliki banyak teman dan tidak ingin menjadi anak yang cengeng.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah selesai bermain subjek menceritakan perasaannya, subjek merasa permainan ini sangat seru dan membuat subjek menjadi lega dan membuat subjek mengetahui bahwa dirinya mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah *free drawing*, *puppet play*, dan *block play*. Subjek menjadi lega setelah bermain, dan subjek dapat meningkatkan rasa empati kepada teman-temannya.

Sebelum	Sesudah
<ul style="list-style-type: none"> - Subjek termasuk anak yang pendiam, dan merasa tidak punya teman. - Subjek belum mengetahui potensi dari dalam dirinya. 	<ul style="list-style-type: none"> - Subjek mulai berani untuk mengungkapkan isi pikiran dan perasaannya, subjek mulai berani mengikuti kegiatan kelompok. - Subjek mulai mengetahui potensi yang ada dalam dirinya.

Subjek 10

Subjek adalah seorang perempuan yang berinisial TR dan saat ini berusia 9 tahun. Selama mengikuti kegiatan intervensi subjek bersikap kooperatif, walaupun pertama kali pertemuan sampai beberapa sesi subjek terlihat malu akan tetapi pertengahan pertemuan subjek mulai berani menyampaikan pendapat. Sehingga intervensi berjalan sesuai dengan harapan.

Sesi 2 intervensi, subjek diminta terapis untuk menggambar bebas sesuai dengan isi perasaan subjek. Menggambarkan seorang anak perempuan yang terlihat merengutkan wajahnya, subjek mendeskripsikan bahwa anak perempuan tersebut merasa sedih karena diejek oleh temannya. Subjek menceritakan bawa dirinya merasakan hal yang sama sesuai dengan apa yang digambarkannya. Subjek menceritakan jika ia tidak banyak memiliki teman. Subjek merasa teman-temannya sering menghindar darinya. Subjek menuturkan bahwa selama ini ia tidak pernah mengatakan kejadian tersebut kepada siapa pun.

Sesi 3 intervensi, terapis memperkenalkan *puppet play* dimana permainan ini dimodifikasi dari bermain peran. dengan menggunakan alat dan bahan yaitu karakter dari permainan tersebut. Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* terutama pada aspek *self confidence*. Indikator perilaku yang diharapkan adalah subjek berani untuk menyampaikan pendapatnya dan mengontrol perilakunya saat berada pada situasi tertentu, yang membuat subjek merasa kurang nyaman. Selama permainan berlangsung subjek terlihat sangat antusias dalam bermain. Permainan dilakukan beberapa kali dengan tema yang sama yaitu perilaku *bullying* disekolah. Subjek mengambil peran sebagai anak yang melihat temannya di *bully* oleh teman yang lain. Subjek bertindak membantu temannya tersebut dan subjek mulai berani menolong temannya yang sedang *dibully*.

Sesi 4 intervensi, subjek diminta untuk mengekspresikan emosi yang dipilih secara acak oleh temannya. Subjek mampu untuk mengenali emosi yang dirasakan, sehingga subjek merasa lega dan tidak memendamnya seorang diri. Subjek menebak ekspresi pada *rotation emotion*, dan mulai menuliskan semua emosi yang dirasakan. Subjek mengungkapkan bahwa dengan permainan ekspresi emosi ini subjek mampu mengenal berbagai macam emosi dan bisa mengetahui emosi dan

kejadian yang membuat subjek merasakan emosi tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan subjek menceritakan bahwa dirinya sering kali merasakan emosi kesal dan sedih ketika teman-teman *bully* nya.

Sesi 5 intervensi, terapis memperkenalkan permainan *a magic tree*, permainan ini diambil atau dimodifikasi dari menggambar. Permainan ini dapat meningkatkan *self esteem* subjek terutama pada aspek *self confidence*, dan indikator perilaku yang dilihat adalah kemampuan subjek dalam mengetahui hal-hal positif dalam dirinya atau memandang positif dirinya. Dimana teknik bermain ini bertujuan untuk mendorong anak mengenali kondisi dirinya, melihat sisi positif dari dirinya dan menuliskan harapan-harapan yang ingin dicapai. Subjek memiliki keinginan untuk menjadi polwan, selain itu subjek memiliki keinginan untuk memiliki banyak teman.

Sesi 6 intervensi, terapis memperkenalkan permainan yang lain yaitu *block play*. Permainan ini juga bagian dari permainan peran, dimana subjek bersama dengan temannya membentuk balok menjadi sebuah benteng pertahanan atau menara pertahanan diri. Tujuan dari permainan ini ini subjek mampu untuk memproyeksikan keadaannya pada situasi sekarang, selain itu permainan ini juga salah satu bentuk dari salah satu aspek *self esteem* yaitu kemampuan yang dilihat dari indikator perilaku yaitu kemampuan subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada. Setelah selesai bermain subjek menceritakan perasaannya, subjek bisa mengetahui potensi yang ada dalam dirinya.

Sesi terakhir merupakan sesi terminasi dimana terapis memberikan *feedback* terkait semua kegiatan yang telah dilakukan. Sesi ini juga dilakukan kurang lebih seminggu setelah intervensi. Terapis memberikan *posttest* skala *self esteem* dan skala korban *bullying*. Sebelum mengakhiri proses intervensi terapis menanyakan permainan yang paling subjek sukai adalah *free drawing*, *A magic tree*, dan *block play*. Subjek menjadi lega setelah bermain, dan subjek dapat meningkatkan rasa empati kepada teman-temannya.

Sebelum	Sesudah
-Subjek terlihat malu-malu - Subjek tidak mengetahui potensi yang ada dalam dirinya	- Subjek mulai bisa bergaul dengan teman-teman dan menumbuhkan rasa empati.

-Subjek memendam semua perasaannya ketika dibully oleh temannya	-Subjek mulai mengenal potensi yang ada dalam dirinya. - Subjek mulai memberanikan diri bersikap asertif untuk menyampaikan pendapatnya.
---	---

Hasil *Pretest* dan *Posttest Self Esteem*

Kelompok Eksperimen	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Subjek 1	AM	14 (R)	23 (S)
Subjek 2	PT	12 (R)	25 (S)
Subjek 3	DJ	15 (R)	22 (S)
Subjek 4	PU	14 (R)	22 (S)
Subjek 5	TD	15 (R)	20 (S)
Subjek 6	RF	12 (R)	22 (S)
Subjek 7	DA	15 (R)	20 (S)
Subjek 8	BO	15 (R)	22 (S)
Subjek 9	TP	14 (R)	20 (S)
Subjek 10	TR	14 (R)	21 (S)
Kelompok Kontrol	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Subjek 1	TN	14 (R)	13 (R)
Subjek 2	ER	10 (R)	11 (R)
Subjek 3	MR	14 (R)	15(R)
Subjek 4	AD	12 (R)	15(R)
Subjek 5	EN	14 (R)	13 (R)
Subjek 6	KS	15 (R)	14 (R)
Subjek 7	AM	12 (R)	14 (R)
Subjek 8	DM	15 (R)	15 (R)
Subjek 9	SF	14 (R)	14 (R)
Subjek 10	AJ	15 (R)	15 (R)

Keterangan : Rendah (R), Sedang (S), Tinggi (T)

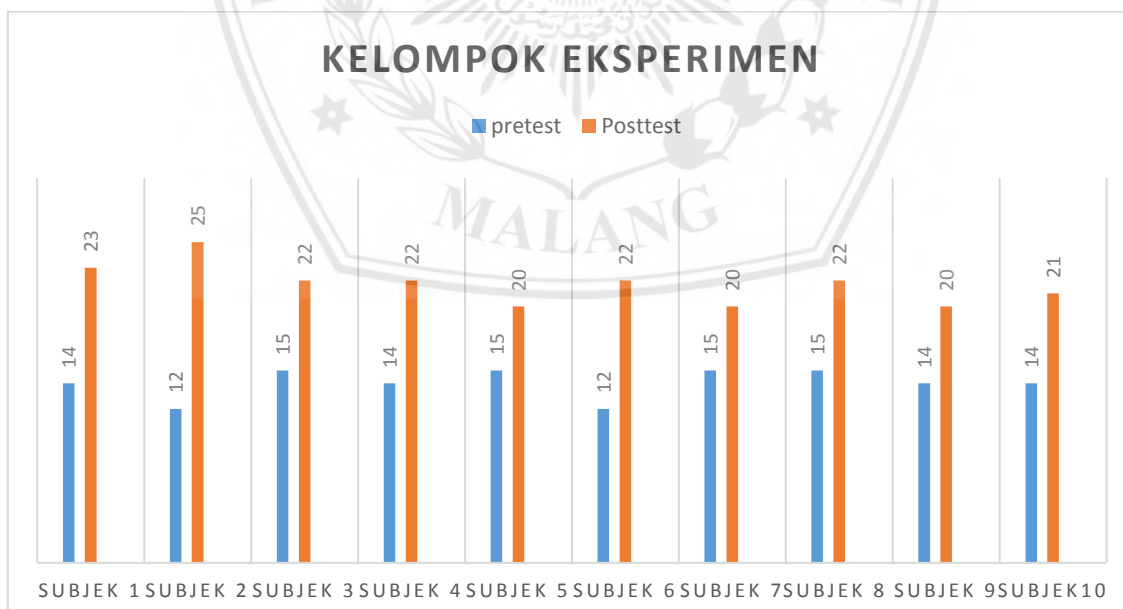
Hasil *Pretest* dan *Posttest Korban Bullying*

Kelompok Eksperimen	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Subjek 1	AM	23	20
Subjek 2	PT	27	15
Subjek 3	DJ	22	9
Subjek 4	PU	18	11
Subjek 5	TD	29	12
Subjek 6	RF	29	19

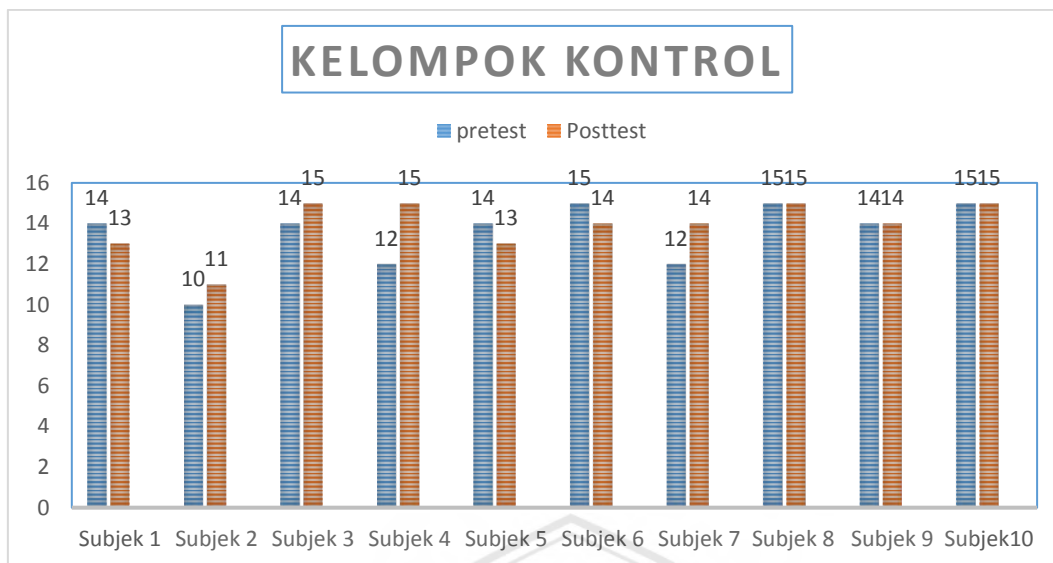
Subjek 7	DA	23	10
Subjek 8	BO	17	8
Subjek 9	TP	28	18
Subjek 10	TR	19	16
Kelompok Kontrol	Nama	Pretest	Posttest
Subjek 1	TN	17	15
Subjek 2	ER	24	11
Subjek 3	MR	23	23
Subjek 4	AD	12	23
Subjek 5	EN	22	23
Subjek 6	KS	16	17
Subjek 7	AM	16	16
Subjek 8	DM	18	17
Subjek 9	SF	23	23
Subjek 10	AJ	17	18

Skor pada skala total memiliki kisaran 0 hingga 32; skor pada masing-masing dari empat subskala memiliki kisaran 0 hingga 8. Skor yang lebih tinggi mencerminkan lebih banyak viktimisasi.

GRAFIK PERUBAHAN SKOR *PRETEST* & *POSTTEST*



Grafik 1. Peningkatan skor *pretest* & *posttest* skala *self esteem* kelompok eksperimen



Grafik 2. Tidak ada perubahan skor *pretest* & *posttest* skala *self esteem* dari kelompok kontrol yang tidak mengikuti intervensi.

ANALISIS DATA

1. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.705	1	18	.208

Kesimpulan

Jika nilai signifikansi $> .05$, maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama. Dari hasil tersebut diketahui nilai $P = .208 > .05$ maka kedua kelompok populasi dapat dikatakan homogen.

2. Uji Mann Withney

Mann Whitney Test (Pre-test) Skala *Self esteem*

		Ranks		
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil	Kelompok Eksperimen	10	11.30	113.00
	Kelompok Kontrol	10	9.70	97.00
	Total	20		

Test Statistics ^a	
	Hasil
Mann-Whitney U	42.000
Wilcoxon W	97.000
Z	-.642
Asymp. Sig. (2-tailed)	.521
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.579 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Kesimpulan :

Berdasarkan output “Test Statistic” diketahui bahwa nilai Asymp sig (2tailed) > .05 maka, berarti bahwa tidak ada perbedaan hasil pretest antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Uji Mann Whitney Test (Post-test) Skala *Self Esteem*

Ranks				
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil	Kelompok Eksperimen	10	15.50	155.00
	Kelompok Kontrol	10	5.50	55.00
	Total	20		

Test Statistics ^a	
	Hasil
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	55.000
Z	-3.822
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Kesimpulan :

Berdasarkan output “Test Statistic” diketahui bahwa nilai Asymp sig (2tailed) < .05 maka hipotesis diterima, yang artinya bahwa terdapat perbedaan hasil pretest antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

3. Uji Wilcoxon

Kelompok eksperimen Skala *Self esteem*

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest-Eksperimen	10	14.00	1.155	12	15
Posttest-Eksperimen	10	21.70	1.567	20	25

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Positive Ranks	10 ^b	4.50	45.00
Ties	0 ^c		
Total	10		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Test Statistics^a

	Posttest - Pretest
Z	-2.812 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Kesimpulan :

Berdasarkan output “*Test statistic*” diatas, diketahui Asymp.Sig (2-tailed) bernilai .004. Karena nilai .004 < .05 dapat disimpulkan bahwa *child centered play therapy* memiliki pengaruh untuk meningkatkan *self esteem* pada anak. *Mean Rank* atau Rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 4.50, sedangkan jumlah *Sum Rank* adalah 45.00.

Kelompok kontrol Skala *Self esteem*

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest-Kontrol	10	13.90	1.287	10	15
Posttest-Kontrol	10	13.50	1.650	11	15

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest-Kon - Pretest-Kon	Negative Ranks	3 ^a	3.00	9.00
	Positive Ranks	4 ^b	4.75	19.00
	Ties	3 ^c		
	Total	10		

a. Posttest-Kon < Pretest-Kon

b. Posttest-Kon > Pretest-Kon

c. Posttest-Kon = Pretest-Kon

Test Statistics ^a	
	Posttest-Kon - Pretest-Kon
Z	-.877 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.380

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Kesimpulan :

Berdasarkan output “*Test statistic*” diatas, diketahui Asymp.Sig (2-tailed) bernilai .004. Karena nilai .380 > .05 dapat disimpulkan bahwa subjek yang tidak mengikuti intervensi tidak memiliki pengaruh untuk peningkatan *self esteem* pada anak.

Uji Regresi Kendall’s Tau b

Correlations			
		Self_Esteem	Bullying_Victims
Kendall's tau_b	Correlation Coefficient	1.000	.447*
	Self_Esteem Sig. (2-tailed)	.	.030
	N	10	10
	Correlation Coefficient	.447*	1.000
	Bullying_Victims Sig. (2-tailed)	.030	.
	N	10	10

Berdasarkan uji regresi linier yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikan yaitu $.030 < .05$ yang menunjukkan bahwa *self esteem* (harga diri) secara signifikan memiliki pengaruh terhadap *bullying*, dan nilai koefisien korelasinya sebesar $.447$ yang berarti adanya pengaruh cukup kuat antara *self esteem* (harga diri) dengan *bullying*.



DOKUMENTASI

